



im,

5/84/2016

str. 18-19



**O empatii
w szkole**
str. 24-25



Szkolenie dla asystentów osób niepełnosprawnych

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych od lipca rozpocznie szkolenie asystentów osób niepełnosprawnych, w ramach zadania publicznego współfinansowanego przez Miasto Jelenia Góra. Można już się zgłaszać. Udział jest bezpłatny.

Asystent funkcjonalny ON to człowiek o szczególnych predyspozycjach psychofizycznych, którego głównym zadaniem jest wspomaganie osoby niepełnosprawnej w pokonywaniu barier m.in. środowiskowych i komunikacyjnych. To również przyjaciel i powiernik osoby niepełnosprawnej, który zawsze jest dostępny i zawsze „ma dobry humor”.

Warsztaty szkoleniowe mają

Osoby, które chciałyby podnieść swoje kwalifikacje ale i wszyscy ci, którzy mają potrzebę niesienia pomocy są mile widziani na bezpłatnych warsztatach szkoleniowych.

Os. Robotnicze 47A w godzinach 10.00-16.00 w dni robocze. – Można się również kontaktować w tej sprawie pod numerem telefonu 75 75 24254. E-mail: biuro@kson.pl. Przewidujemy zaprosić na szkolenie do 20 osób z Jeleniej Góry – mówi Anna Daskalakis, koordynator projektu.



podnieść kwalifikacje uczestników i przygotować ich do nowego wyzwania jakim jest zawód asystenta funkcjonalnego. Podczas zajęć uczestnicy zapoznają się z prawnym i psychologicznym aspektem niepełnosprawności, udzielaniem pierwszej pomocy przedmedycznej, dowiedzą się jak pokonywać trudności, które spotykają na drodze osoby niepełnosprawne w życiu codziennym. Do podzielenia się wiedzą i doświadczeniem został zaproszony m.in. pełnomocnik marszałka woj. dolnośląskiego ds. osób niepełnosprawnych Paweł Parus.

(KSON)

Dializy będą „bliżej”

Do Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych i Pacjentów Ziemi Jeleniogórskiej napływały informacje o uciążliwej drodze do jeleniogórskiego oddziału dializ. Chorzy, niepełnosprawni, poruszający się na wózkach i o kulach muszą pokonywać ponad 200-metrową odległość przez szpitalne korytarze, by dotrzeć na dializę.

– Przekazany dyrekcji szpitala sygnał o uciążliwości z dotarciem chorych do stacji dializ spotkał się z natychmiastową reakcją dyrektora WSKJ Tomasza Dymyta – informuje Stanisław Schubert, prezes Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych i Społeczny Rzecznik Praw Pacjentów Ziemi Jeleniogórskiej. Dyrektor szpitala zapewnił, że po zakończeniu prac modernizacyjnych wejścia do stacji dializ od strony Szpitalnego Oddziału Ratunkowego, zostanie ono udostępnione pacjentom jeszcze w czerwcu.

(Ł-M)



Jeleniogórska Stacja Dializ Wojewódzkiego Centrum Szpitalnego Kotliny Jeleniogórskiej wykonuje miesięcznie ponad 1.000 dializ dla około 80 pacjentów. Niektórzy dializowani są 3 lub 4 razy w tygodniu.

**NIEPEŁNOSPRAWNI
TU i TERAZ**



**TRIANON
POLSKA**



BIULETYN DOFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON

**Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych**

Wydawca: Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

Współpraca: Stowarzyszenie „Działajmy Razem” TRIANON PL Cieszyń, Lubuski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

Redaktor Naczelny: Robert Zapora **Sekretarz redakcji:** Bożena Bryl-Chrzęszcz

Redakcja: Andrzej Grzelak, Elżbieta Schubert, Tadeusz Siwek, Leszek Kosiorowski, Monika Żak (koordynator projektu), Damian Kostka,

Przemysław Kaczałko, Jerzy Ogonowski, Andrzej Koenig, Piotr Koniecznyński, Magda Weidner – dziennikarka Gazety Lubuskiej, Daria Zawadzka

Adres wydawcy i redakcji: 58-500 Jelenia Góra, ul. Osiedle Robotnicze 47A, tel. 75 75 242 54 tel./fax 75 75 231 83, e-mail: biuro@kson.pl

Skład: AD REM, 58-500 Jelenia Góra, ul. Okrzei 12, tel. 75 75 222 15. **Druk:** GRAFIX, 58-506 Jelenia Góra, ul. Wrocławska 59, tel. 75 712 30 74
Nakład 8000 egz.

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych oraz zastrzega prawo do skracania i redakcyjnego opracowania materiałów przyjętych do druku.

Potrzebna koperta przy banku

Przy ul. Bankowej, przy banku BGŻ BNP Paribas S.A. w Jeleniej Górze osoby niepełnosprawne nie mają jak zaparkować, bo stoi tam znak zakazujący postoju.

Tymczasem dla osoby, która ma problem z poruszaniem się, przejście z najbliższego parkingu do tej placówki to spore wyzwanie. Warto zastanowić się nad tym, czy nie znieść tam zakazu postoju dla niepełnosprawnych?

Zdaniem Piotra Dyły, zastępcy dyrektora Miejskiego Zarządu Dróg i Mostów w Jeleniej Górze, zniesienie zakazu dla osób niepełnosprawnych niewiele w tym miejscu zmieni.

– Moim zdaniem zrobienie tam koperty dla osób niepełnosprawnych to tylko pozorne rozwiązanie, bo z pewnością znajdzie się ktoś, kto pozostawi swoje auto na cały dzień i zablokuje dostęp do tej placówki innym osobom z dysfunkcjami ruchu – mówi Piotr Dyła, wiceszef Miejskiego Zarządu Dróg i Mostów w Jeleniej Górze. – Oczywiście zastanowimy się, jak ten problem rozwiązać, ale niczego nie chcę bez analizy obiecywać.

– Pomysłodawcy zniesienia zakazu dla niepełnosprawnych w tym miejscu powinni złożyć do naszego wydziału pisemny wniosek w tej sprawie – dodaje zastępca dyrektora MZDiM w Jeleniej Górze.

Tekst i fot. Daria Zawadzka



Huśtawka dla dzieci na wózkach

W Jeleniej Górze na placu zabaw przy ul. Komedy Trzcńskiego pojawi się huśtawka dla niepełnosprawnych dzieci, poruszających się na wózkach inwalidzkich.



– Będzie to pierwsza tego typu huśtawka na miejskich placach zabaw i najprawdopodobniej (wg naszej wiedzy) pierwsza w całym mieście – informuje Cezary Wiklik, rzecznik prasowy UM.

Huśtawka będzie przeznaczona dla niepełnosprawnych dzieci, które będą mogły z niej korzystać dzięki metalowej konstrukcji zawieszanej na ramie wykonanej z rur stalowych. Taką huśtawkę dzieci jeżdżące na wózkach będą mogły same wprowadzić w ruch przy pomocy ręcznych uchwytów. Koszt to ok. 17-20 tys. zł brutto.

Na doposażenia miejskich placów zabaw dla dzieci w 2016 roku Miasto przeznaczyło 50 tys. zł.

Daria Zawadzka

Staramy się, aby środków na rehabilitację było więcej

Wywiad z Robertem Kwiatkowskim, Prezesem Zarządu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

– Jak ocenia Pan kondycję i strukturę PFRON? Czy planuje Pan jakieś zmiany? (jakie)

Robert Kwiatkowski: Po 25 latach funkcjonowania Funduszu należy przyrzeć się wszystkim jego działaniom. Bardzo często zdarza się, że przy różnych procesach zachodzących w organizacji, gubi ona swoją misję. Chciałbym skupić się na efektywności działań i zaproponować zmiany. To ogromne wyzwanie zarządcze. Na początek przeprowadziliśmy rzetelną analizę stanu PFRON. Prezentowałem jej wyniki na konferencji prasowej Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej 21 czerwca. Na tej samej konferencji Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych ogłosił szerokie konsultacje społeczne ustawy o rehabilitacji. Fundusz uczestniczy w tych wszystkich działaniach. PFRON powinien pełnić służebną rolę wobec Osób Niepełnosprawnych. Zadanie Funduszu jakim jest gospodarowanie środka-



mi na aktywizację zawodową i rehabilitację społeczną, powinno być realizowane w sposób jak najbardziej dopasowany do indywidualnych potrzeb Osób z niepełnosprawnościami. Oznacza to rozbudowę pionu analitycznego, większą aktywność informacyjno-promocyjną, oraz rozwój współpracy z organizacjami pozarządowymi. Planuję również przekształcenie Oddziałów PFRON

w regionalne centra informacji i wsparcia dla Osób Niepełnosprawnych.

– W tym roku zwiększono o 40 milionów złotych środki przeznaczane na rehabilitację Osób Niepełnosprawnych. Czy to jednorazowa sytuacja czy może pewna tendencja?

– Środki zwiększono w dwóch pozycjach: po

pierwsze, na realizację zadań przez samorządy – z 880 mln do przeszło 920 mln złotych. A po drugie: w kwietniu wzrosła pula środków na wsparcie projektów organizacji pozarządowych do 210 milionów złotych. Dla porównania, w 2015 roku organizacje uzyskały dofinansowanie w wysokości 178 milionów złotych. W tej chwili współpraca z organizacjami pozarządowymi przekłada się na ogromną liczbę wartościowych działań na rzecz Osób Niepełnosprawnych. W zeszłym roku zrealizowano 786 różnych projektów.

Będziemy starać się, aby w kolejnych latach znacząco wzrosła kwota środków na wsparcie rehabilitacji zawodowej Osób Niepełnosprawnych. Dużo będzie zależało jednak od możliwości finansowych Funduszu.

– Organizacje pozarządowe zgłaszają szereg uwag dotyczących procedur oceniania wniosków. W jednym roku dany projekt otrzymuje wysoką liczbę punktów, w kolejnym roku ten sam projekt jest już nisko oceniany. Z czego wynikają te dysproporcje? Czy będą podejmowane działania zmierzające do ujednolicenia systemu oceniania?

– Przeprowadzenie analizy systemu oceniania i maksymalne jego uproszczenie

jest obowiązkowe. Dysproporcje, o których mowa wynikają z faktu, że przyjęliśmy zasadę oceny każdego wniosku przez dwóch ekspertów. Wnioski każdorazowo losowane są pomiędzy ekspertami. Taki system zapewnia niezależność oceny i zabezpiecza przed uznaniowością, ale ma też wady, nad którymi pracujemy. Uruchomiliśmy szerokie konsultacje społeczne – informację na ten temat można znaleźć na naszej witrynie internetowej www.pfron.org.pl.

– Czy przewiduje Pan zwiększenie środków na aktywizację zawodową ON?

– Blisko 3 miliardy złotych rocznie przekazywane jest na dofinansowanie ćwierć miliona wynagrodzeń Osób Niepełnosprawnych. Ważne jest jednak zwrócenie uwagi pracodawców na fakt, że firma otwarta na Osoby Niepełnosprawne to firma lepiej funkcjonująca. Planujemy też realizację dużej kampanii społecznej związanej z zatrudnianiem Osób Niepełnosprawnych. Chcemy wejść w premiowanie zatrudnienia na otwartym rynku pracy i stworzyć system wartościowych miejsc pracy dla Osób z niepełnosprawnościami. Nie jest dobrze, że rynek pracy oferuje Osobom Niepełnosprawnym głównie prace dla osób o niskich kwalifikacjach. Chcemy to zmienić.

– Jak ocenia Pan realizację programu Aktywny Samorząd? Otrzymujemy liczne sygnały od Czytelników, że z różnych powodów nie mogą skorzystać z tych środków.

– „Aktywny Samorząd” zawiera rozbudowany i kierowany do wielu grup odbiorców, katalog form pomocy. Program skonstruowany jest na zasadzie zindywidualizowanego wsparcia, uzależnionego od rodzaju i stopnia niepełnosprawności. Może to budzić wątpliwości, ale daje gwarancję, że pomoc kierowana jest efektywnie. Na przykład po wprowadzeniu oceny eksperckiej do modułu obejmującego dofinansowanie do protez, wiemy, że nowoczesne protezy trafiają do osób naprawdę potrzebujących.

– Co chciałby Pan przekazać Czytelnikom „Niepełnosprawni Tu i Teraz”?

– Publikacje adresowane do Osób Niepełnosprawnych są bardzo ważnym elementem aktywizacji. Pisma te poruszają problemy istotne dla całego środowiska i przyczyniają się do integracji Osób z niepełnosprawnościami. Czytelnikom życzę, aby *Tu i Teraz*, był miejscem wymiany informacji, jak również idei.

RED



Zdjęcie – archiwum PTWK w Gorzowie Wlkp.

Polskie Towarzystwo Walki z Kalectwem Oddział w Gorzowie Wlkp. w partnerstwie z Polskim Towarzystwem Stwardnienia Rozsianego Oddział Wielkopolska z siedzibą w Poznaniu (które jest liderem zadania) oraz Polskim Towarzystwem Stwardnienia Rozsianego Oddział Wojewódzki w Szczecinie rozpoczęło realizację projektu pod nazwą „Trzy teatry. Trzy krainy. Twórcza i artystyczna aktywność osób niepełnosprawnych”. Na czym on polega?

Osoby z niepełnosprawnością, wraz z opiekunami, wezmą udział w sześciodniowych wyjazdowych warsztatach. Jak mówi prezes PTWK oddział w Gorzowie Wlkp. Barbara Kadziewicz, wyjazdy będą szansą dla osób niepełnosprawnych na wyjście z domu, wyjście ze swojego środowiska, ale przede wszystkim stworzą możliwość pracy nad samym sobą pod opieką specjalistów.

To także doskonała okazja do poznania nowych osób, także z innych województw. Uczestnikami warsztatów będą osoby niepełnosprawne chore na stwardnienie rozsiane (SM) lub

inne choroby neurologiczne z zaburzeniami funkcji ruchowych czy manualnych z terenu województw wielkopolskiego, zachodniopomorskiego i lubuskiego. Zaplanowane są wyjazdy nad morze, gdzie odbędą się między innymi warsztaty pracy z ciałem. – To nowatorska metoda, która umożliwia poznanie swoich możliwości, prowadzona przez naszego partnera ze Szczecina – mówi wiceprezes PTWK Danuta Leśniewska.

– Największym zainteresowaniem cieszy się wyjazd do Ciechocinka, w ramach którego planowane są warsztaty z zakresu arteterapii – sztuk plastycznych

– dodaje prezes B. Kadziewicz. W Karpaczu odbędą się warsztaty teatralne, połączone ze sztuką prezentacji, które poprowadzi jedna z aktorek gorzowskiego teatru. W każdym wyjeździe wezmą udział również wolontariusze. – Będą pomagać osobom niepełnosprawnym, mającym trudności z poruszaniem się, zdobędą nowe umiejętności podczas warsztatów i przekażą je na kolejnych spotkaniach, które zorganizujemy już w Gorzowie. Do współpracy zaprosiliśmy studentów fizjoterapii gorzowskiej AWF – dodaje Barbara Kadziewicz.

Projekt ten jest współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w terminie 01.04 – 31.12.2016. Szczegółowe informacje o projekcie dostępne są w biurze PTWK w Gorzowie Wlkp. ul. Kosynierów Gdyńskich 81.

Dorota Pilecka

Audiobooki nie tylko dla niewidomych

W mediach często pojawiają się wyniki rozmaitych badań np. ile zjadamy czekolady, ile schabowego, ile spożywamy mleka, ile czytamy książek. Zwłaszcza jeśli chodzi o to ostatnie pytanie, nasze społeczeństwo nie wypada zadowolająco. Na pytanie, dlaczego nie czytamy książek zazwyczaj pada odpowiedź: „nie mam czasu, jestem zmęczony”. Czy tak musi być?

Nie każdego z nas stać na zakup nowej książki czy audiobooka nie mówiąc o nowościach, które często bywają bardzo drogie. Dlatego biblioteki są alternatywą na taką sytuację. Odwiedziłem niedawno Miejską Bibliotekę Publiczną im. Jana Wantuły w Ustroniu na Śląsku Cieszyńskim. Mieści się ona w centrum miasta, w budynku z 1901 roku, w którym kiedyś znajdowało się schronisko młodzieżowe, a potem liceum ogólnokształcące. Na parterze znajduje się dział wypożyczalni dla dorosłych, natomiast na piętrze są zbiory dla dzieci, czytelnia oraz czytelnia internetowa wyposażona w pięć stanowisk komputerowych. Dodatkowo biblioteka posiada dwie filie: jedną w Śląskim Szpitalu Reumatologiczno-Rehabilitacyjnym im. Gen. Jerzego Ziętka, a drugą w Sanatorium i Szpitalu Uzdrawiskowym „Równica”. W obu tych miejscach zainteresowanie książkami jest bardzo duże. W tych ośrodkach rehabilitacyjnych przebywa wiele osób niepełnosprawnych z całej Polski i mogą korzystać w tych miejscach z wypożyczalni.

Biblioteka posiada w swoich zbiorach 55 549 woluminów, w tym ponad sto książek drukowanych specjalną, większą czcionką, dla osób słabowidzących oraz 348 audiobooków, czyli książek czytanych na płytach CD. Oferta ta jest systematycznie wzbogacana i powiększana.

Biblioteka, która posiada w swoich zbiorach audiobooki

jest dostępna osobom niepełnosprawnym – głównie chodzi o osoby niewidome.

Z książek, które można posłuchać w samochodzie czy też przy sprzątaniu domu, korzysta coraz więcej osób, nie mających kłopotów ze wzrokiem. Dyrektor MBP im. J. Wantuły Krzysztof Krysta przyznaje, że w ostatnim czasie do czytelników biblioteki dołączyło wielu zawodowych kierowców, którzy w ten sposób „czytają” w czasie długich kursów. W 2015 roku książki mówione wypożyczono ponad tysiąc razy.

W tym roku Miejska Biblioteka Publiczna po raz drugi złożyła wniosek o dofinansowanie z programu Instytutu Książki „Infrastruktura bibliotek 2016-2020”. W przypadku otrzymania dofinansowania w budynku planowane jest wykonanie profesjonalnej sali multimedialnej na poddaszu, w której byłaby możliwość wyświetlania m.in. filmów z audiodeskrypcją, kompleksowy remont pomieszczeń oraz dobudowanie windy m.in. dla osób niepełnosprawnych.

W czytelni biblioteka organizuje spotkania autorskie, konkursy czytelnicze i plastyczne, warsztaty dla dzieci i seniorów oraz spotkania Dyskusyjnego Klubu Książki. Na takich spotkaniach, prelekcjach, warsztatach czy konkursach pojawiają się i biorą czynny udział osoby niepełnosprawne.



W 2015 roku książki mówione w bibliotece w Ustroniu wypożyczono ponad tysiąc razy.

Biblioteka od pewnego czasu posiada stronę internetową, dostosowaną do przeglądania jej przez osoby niepełnosprawne. Ja jako osoba niewidoma korzystam z niej często i jestem zadowolony.

Na pewno osoby niepełnosprawne sensorycznie, intelektualnie powinny mieć dostęp zarówno do książek dostosowanych do ich dysfunkcji oraz audiobooków. Czytanie (słuchanie) pozwala na kształtowanie naszego charakteru, poszerzenie naszego zasobu słownictwa, poprawia nasze zapamiętywanie, poprawia pamięć oraz redukuje stres.

Badania rynku badaniami, ankiety ankietami, a przykład biblioteki w Ustroniu pokazuje, że brak czasu czy zmęczenie to tylko wymówka przed czytaniem. To daje nadzieję na odwrócenie niekorzystnego trendu.

Andrzej Koenig
Niewidomy

Bal integracyjny w „Żeromie”

W Zespole Szkół Ogólnokształcących nr 1 im. Stefana Żeromskiego w Jeleniej Górze już po raz 26. odbyła się impreza integracyjna z podopiecznymi jeleniogórskiego Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego. Było mnóstwo ciepła, serdeczności i – oczywiście – atrakcji.

Na balu integracyjnym zabawa była świetna. Dzieci tańczyły, śpiewały, raczyły się pysznymi wypiekami, a także brały udział z zabawach ruchowych. Było malowanie obrazków i przedstawienie teatralne, przygotowane przez uczniów „Żeroma”.

– Młodzież chce się integrować i, jak widać, wszyscy robią to wspaniale. Potrzebne są takie spotkania i myślę, że z każdym rokiem dzieci coraz chętniej w nim uczestniczą – powiedziała Sabina Wach, wicedyrektor w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Jeleniej Górze.

Imprezę przygotowali uczniowie gimnazjum i liceum. – Jako



samorząd przygotowujemy całą aulę, potem bawimy się z dziećmi. Każde ma swojego opiekuna, jest punkt gastronomiczny, wszyscy razem się świetnie bawimy – powiedział Szymon Stęchły.

Nie każdy uczeń ma możliwość wziąć udział w takiej zabawie, bowiem chętnych jest zawsze więcej niż potrzeba, co najlepiej świadczy o wrażliwości młodzieży szkoły przy ul. Kochanowskiego w Jeleniej Górze. – Pamiętam, że przed pierwszym bale miałem stres, zastanawiałem się jak to będzie, czy sobie poradzę, ale to bardzo fajne dzieci – dodał Szymon Stęchły.

Jak dzieci z niepełnosprawnością wspominają po powrocie

do szkoły spotkanie ze starszymi kolegami i koleżankami? – Na pewno powiedzą rodzicom, bo przeżywają to nie-samowicie. W szkole pewnie powstaną prace plastyczne. Dla nich to jest wyprawa – mówiła Sabina Wach. Zaprosiła też młodzież z Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 1 na imprezę do swojej placówki. To piknik rodzinny w SOS-W, przy ul. Wolności, będący połączeniem Dnia Dziecka oraz Dnia Matki i Dnia Ojca.

Tekst i fot:
Przemek Kaczałko



LARYNGEKTOMIA możemy sobie pomóc

Od ponad 15 lat w Jeleniej Górze działa Stowarzyszenie Osób Laryngektomowanych. Gościny ponad 70-osobowej grupie takich pacjentów udzielił Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych.

– Spotykamy się – mówi Hanna Taczkowska, sekretarz Karkonoskiego Stowarzyszenia Osób Laryngektomowanych – na comiesięcznych sesjach z udziałem lekarzy, foniatrów, logopedów oraz osób zaopatrujących naszych członków w specjalistyczny sprzęt. Nasi członkowie brali także udział w kilku warsztatach pobudzających prawidłową reakcję organizmu, oddychanie, sprawność fizyczną, a przede wszystkim kształtowanie mowy przełykowej.

Bez takiej rehabilitacji osoba po usunięciu krtani traci wła-

ściwie kontakt z otoczeniem, bo jej mowa jest niesłyszalna lub niezrozumiała. – W takich sytuacjach osoby te muszą posługiwać się tekstem pisanym. Tymczasem kilkoro naszych członków, dzięki przede wszystkim ciężkiej pracy i ćwiczeniom, tak opanowało zastępczą mowę przełykową, że ich głos gdyby nie „charakterystyczna chrypka” można by uznać za normalny – dodaje.

Pan Andrzej, 60-letni członek Stowarzyszenia Laryngektomowanych, podjął ponownie pracę jako menadżer po pięciu latach od zabiegu. Kosztowało mnie to – mówi Pan Andrzej – cztery do pięciu godzin codziennych ćwiczeń z magnetofonem, ale udało się.

– Jest nas niestety coraz mniej. To świadczy, że operowani mieszkańcy naszego regionu nie są zorientowani w zakresie pomocy jaką mogą otrzymać na miejscu – mówi Hanna Taczkowska. – Nawiązaliśmy kontakty ze specjalistycznymi ośrodkami rehabilitacyjnymi, chcemy organizować warsztaty terapeutyczne, turnusy rehabilitacyjne, szeroko pojętą akcję oświatową i profilaktyczną – dodaje.

Karkonoskie Stowarzyszenie Osób Laryngektomowanych ma swoją siedzibę w KSON-ie przy ulicy Osiedle Robotnicze 47A. Spotkania odbywają się zawsze w drugi piątek każdego miesiąca o godz. 10.30-13.00 Można też do nas dzwonić pod numer 757524254 lub przyjść osobiście od poniedziałku do piątku w godzinach od 9.00 do 16.00. Można także pisać na: biuro@kson.pl Zapraszamy.



Dzięki konsekwentnym ćwiczeniom pan Andrzej mógł wrócić do pracy.

Laryngektomia to ogólnie rzecz biorąc następstwo choroby nowotworowej krtani i okolic gardła. Odmian, przyczyn i zakresów laryngektomii jest wiele.

Zdaniem specjalistów choroba atakuje osoby między 30 a 80 rokiem życia. W statystyce zachorowania, zdecydowanie przeważają mężczyźni, a powodem tak drastycznych operacji oprócz uwarunkowań genetycznych są także zanieczyszczenie środowiska i palenie tytoniu.

Rokrocznie w jeleniogórskim szpitalu wykonuje się około 10-15 zabiegów laryngektomii całkowitej. Po tym zabiegu bardzo istotna jest rehabilitacja, która ma nie tylko przywrócić zastępczą mowę tzw. mowę przełykową ale również zrehabilitować pacjenta społecznie i zawodowo.

(Ł-M)

Fot. użyte

Oczami niewidomego: DORA – koń, który nie widzi od urodzenia



Dora była w drodze do rzeźni, ale udało się ją uratować.



Flora wciąż ma ograniczone zaufanie do ludzi.

Po przeczytaniu tytułu pewnie wiele osób się zaśmieje: niewidomy koń... Tak. Podobnie jak ten, który o tym pisze. W Lipowej na drodze z Buczkowic do Żywca znajduje się stajnia, w której przebywają konie po przejściach.

To schronienie i przystań dla wielu chorych, porzuconych, zaniedbanych zwierząt, zawróconych z ostatniej drogi życia – drogi do rzeźni – dowiadujemy się od osób z Fundacji Terra Spei, która prowadzi stajnię.

Pod opieką fundacji znajduje się ponad 30 koni. Podczas pobytu w Lipowej miałem okazję poznać dwie klacze: Dorę i Florę.

Dora urodziła się przeszło

5 lat temu bez gałek ocznych – były tylko oczodoły. Postawiono nad nią przysłowiowy krzyżyk i wraz z jej matką skierowano na ubój. Ludzie z Fundacji odkupili oba konie od handlarza i zaopiekowali się nimi. Po paru latach matka Dory została adoptowana, a już prawie dorosłą Dorę można spotkać na pastwisku w Lipowej. Pasię raczej samotnie. Chodzi o bezpieczeństwo, mogłaby zostać

nieświadomie staranowana przez inne konie.

Oprócz niewidomej Dory Fundacja opiekuje się również dwoma innymi, słabowidzącymi końmi, które straciły całkowicie wzrok w jednym oku na skutek choroby.

Pod koniec ubiegłego roku do stajni trafiła klacz o imieniu Flora. Wyczerpana, zaniedbana, kulejąca na skutek źle zrosniętej nogi. Przez wiele tygodni pracowano by odzyskała zaufanie do człowieka. Obecnie wyprowadzana jest na pastwisko wraz z niewidomą Dorą. Jednak do ludzi nadal ma bardzo ograniczone zaufanie.

Stajnia funkcjonuje dzięki wolontariuszom, którym dzielnie pomagają dzieci, licznie odwiedzające to miejsce i uczące się opieki nad końmi.

Celem Fundacji Terra Spei jest stworzenie lepszego miejsca dla zwierząt, a prawdziwym marzeniem – otwarcie wielu ludzkich serc i spowodowanie, że Ziemia stanie się lepszym miejscem dla zwierząt...

**Andrzej Koenig
niewidomy**

Fot. Karolina Nawrot



Autor artykułu Andrzej Koenig i Łobuz – jeden z koni, znajdujących się pod opieką Fundacji.

Lodołamacze 2016 – ruszyła kampania

W czerwcu na Dolnym Śląsku i województwie opolskim ruszył konkurs i kampania na rzecz zatrudniania osób niepełnosprawnych „Lodołamacze 2016”. To już XI edycja konkursu, który organizowany jest od 2006 roku. W tym roku ambasadorem akcji został aktor Konrad Imiela.

Konrad Imiela, ambasador tegorocznej edycji konkursu i dyrektor artystyczny teatru zaznacza, że Teatr Muzyczny Capitol od lat wspiera osoby niepełnosprawne. – Zatrudniamy takie osoby i mam dobre doświadczenia z nimi jako pracownikami – dodaje.

Teatr Muzyczny Capitol nagrodzony został w plebiscycie Wrocław bez barier za tworzenie kultury bez barier w kategorii Miejsca dostępne dla wszystkich.

– Bycie pracodawcą zatrudniającym osoby niepełnosprawne to musi być również misja. Wiem to najlepiej, gdyż nie tylko jestem Przewodniczącą Rady Krajowej POPON, ale również prowadzę firmę, która od lat zatrudnia osoby niepełnosprawne – mówi Barbara Pokorny, przewodnicząca Krajowej Rady POPON. – Zdaję sobie sprawę, że łączenie biznesu z odpowiedzialnością społeczną

nie jest sprawą łatwą, ale konieczną i przekładającą się nie tylko na wizerunek firmy, przychyłność pracowników i kontrahentów, ale też na ogromną satysfakcję. Nie dzielimy pracowników na pełnosprawnych i niepełnosprawnych, ale na tych, którzy wykonują pracę dobrze lub źle. Dzisiaj społeczna odpowiedzialność biznesu przestaje być odbierana jako ekstrawagancja, na którą mogą sobie pozwolić tylko najbogatsi przedsiębiorcy. W sytuacji stale rosnącej konkurencyjności staje się wręcz koniecznością. Wizerunek poważnego i odpowiedzialnego partnera w oczach potencjalnych klientów i kontrahentów to już nie tylko wartość wyróżniająca firmę, ale często konieczność.

– Jest jeszcze wiele do zrobienia w zakresie rehabilitacji zawodowej – dodaje przewodnicząca. – Jednak w ostatnich latach dokonały się zasadnicze przemiany

w statusie ludzi niepełnosprawnych w naszym kraju. Ale śmiem twierdzić, że dla tego co już się dokonało w dużym stopniu przyczyniła się kampania prowadzona przez POPON od jedenastu lat.

*Anna Węgrzynowicz
rzecznik prasowy POPON*

O co chodzi?

Lodołamacze to ludzie, firmy, instytucje, które angażują się w rozwiązywanie problemów osób niepełnosprawnych. Zatrudniają niepełnosprawnych i stwarzają im coraz lepsze warunki pracy. Ideą konkursu jest przede wszystkim przełamywanie stereotypów i uprzedzeń związanych z zatrudnianiem osób niepełnosprawnych oraz integracja osób niepełnosprawnych i stworzenie im szansy na pełne uczestnictwo w życiu społecznym. Liczba firm, które biorą udział w konkursie, stale rośnie. W 2006 roku było to 201 pracodawców, a w 2015 – 414.

Zgodnie z regulaminem, kandydatów na „Lodołamaczy” można zgłaszać do 30 lipca 2016 r. Można nadsyłać je mailem (na wypełnionym formularzu zgłoszenia), faksem, pocztą lub poprzez wypełnienie formularza on-line na stronie internetowej konkursu. Więcej szczegółów na stronie lodo-lamacze.info.pl, kontakt: lodo-lamacze@popon.pl



Wernisaż podopiecznych domu pomocy społecznej

Piosenki, obrazy, rękodzieła i wyroby cukiernicze zaprezentowali mieszkańcy Domu Pomocy Społecznej nr 2 z filią „Dom w Połowie Drogi” podczas spotkania w Wojewódzkiej i Miejskiej Bibliotece Publicznej im. Zbigniewa Herberta w Gorzowie Wielkopolskim.

Integracyjne koncerty i wystawy od wielu lat odbywają się w gorzowskiej księżnicy, z którą współpracuje placówka pomocowa pod dyktando Elżbiety Nowak. W spotkaniu uczestniczyli m.in. Anna Jaźwińska – kierownik Oddziału Nadzoru i Kontroli w Pomocy Społecznej Lubuskiego Urzędu Wojewódzkiego, Barbara Kałużna – dyrektor DPS nr 1 im. Marie Juchacz, uczestnicy domów pomocy, Warsztatów Terapii Zajęciowej przy Stowarzyszeniu Rodzin Katolickich i Środowiskowego Domu Samopomocy przy ul. Armii Polskiej. Wernisaż rozpoczął się koncertem melodii rozrywkowych w wykonaniu zespołu „Kometa”, pod kierunkiem instruktora Joanny Dąbrowskiej.

Podopieczni DPS nr 2 pokazali prace artystyczne wykonane różną techniką, m.in. decoupage, wikliniarstwa papierowego, malarstwa i rysunku, obejmujące różnorodną tematykę od wytworów przygotowanych na święta wielkanocne po obrazy przedstawiających pejzaże, rośliny i zwierzęta, do tematyki sakralnej.

Włodzimierz Juskiewicz mieszka w domu pomocy społecznej już dziewiąty rok. Pochodzi z Trzcianki koło Piły. Ukończył szkołę górnictwa naftowego. W pracy zawodowej zajmował się poszukiwaniem złóż hydrogeologicznych czyli ropy i gazu. Przez wiele lat pracował poza miejscem zamieszkania. Pojawiły się tak-



Wernisaż rozpoczął się koncertem melodii rozrywkowych w wykonaniu zespołu „Kometa”.

że smutne aspekty takiego życia. Przez pewien czas nadużywał alkoholu. – Przez to dużo w życiu przegrałem, ale teraz jestem szczęśliwy – powiedział w rozmowie z dziennikarką „Tu i Teraz”.

Podczas integracyjnego spotkania śpiewał z zespołem „Kometa”, a na wystawie znalazły się jego rysunki. – Zamierzałem iść do technikum ceramicznego w Chodzieży, ale się nie dostałem. Nauczyciele w szkole mówili mi, że dobrze by było, gdybym był taki dobry z języka polskiego i matematyki, jak jestem z plastyki – wspominał pan Włodzimierz, którego prace przedstawiają m.in. pomnik świebodzińskiego Chrystusa Króla, Jezusa Ukrzyżowanego, a także Bramę Brandenburską i Filharmonię Gorzowską.

– Nie jestem fanatykiem religii ale moim ideałem jest Jezus Chrystus. Także św. Tomasz z Akwinu, św. Franciszek z Asyżu, Zawisza Czarny czy Koziętulski z Poznania. To są postaci, które mnie wzmacniają w życiu. Są to ludzie prawi. Ja, chociaż zboczyłem z drogi, to całe życie starałem się być prawym człowiekiem. Lubię czytać książki psychologiczne i filozoficzne. Czytałem dużo Marka Twaina i Londona. Często robię sobie różne notatki – mówił Włodzimierz Juskiewicz.

Halina Perużyńska na wystawie zaprezentowała portret Jana Pawła II wykonany techniką haftu krzyżykowego, niektóre prace wykonuje richelieu. W domu pomocy społecznej należy do grupy modlitewnej, która zbiera się w każdą środę w kaplicy pw. św. Łukasza na terenie Domu. W każdą niedzielę uczestniczy we Mszy św. Opiekunem duchowym mieszkańców jest ks. Paweł Hardej.

Dyr. DPS-u Elżbieta Nowak podkreśla, że we wszystkie ważne święta Mszę św. odprawia proboszcz parafii pw. M. M. Kolbego ks. Ryszard Przewłocki.

Dom Pomocy Społecznej nr 2 z filią „Dom w Połowie Drogi” istnieje od 2000 roku. Przebywa w nim 90 osób przewlekłe psychicznie chorych, w tym z chorobą Alzheimera. Rozpiętość wiekowa wynosi od 25 do 90 lat. Młode osoby znajdują tu miejsce ze względu na chorobę, a przede wszystkim z braku osób bliskich, które mogłyby im pomóc.

Na zakończenie spotkania wszyscy uczestnicy częstowani byli pysznym sernikiem, babką i ciastkami, które przygotowane zostały w pracowni kulinarnej DPS-u nazwanej Cukiernią „Piwniczną”.

Wanda Milewska

Tym razem muzycy grali, by pomóc chłopcu choremu na nowotwór

POMAGRAMY – impreza wielkich serc

Kilkudziesięciu muzyków – od maluchów po dorosłych – postanowiło spędzić jedną z wiosennych niedziel w wyjątkowy sposób. Siedem zespołów z Jeleniej Góry, Kamiennej Góry czy Złotoryi grało jednocześnie różne rodzaje muzyki na jeleniogórskim Placu Ratuszowym, więc każdy mógł znaleźć coś dla siebie. Celem była pomoc choremu dziecku.

Chłopiec wygrał walkę z nowotworem, ale potrzebuje jeszcze wsparcia i to właśnie dla niego zbierano datki podczas trzeciej edycji Pomagramy.

– Jest DJ, są dzieci, które śpiewają i grają, są też muzycy rockowi, a nawet punk rockowi, więc jest to odważne grać na Rynku – jeszcze z perkusją. Bardzo proszę mieszkańców o wyrozumiałość – powiedział Krzysztof Wojtas, organizator Pomagramy. Oprócz stałych bywalców charytatywnej inicjatywy stowarzyszenia Harygma, w akcję włączyły się miejscowe kapele. – Bardzo się cieszę, że lokalna scena muzyczna wspiera tę inicjatywę – dodał Krzysztof Wojtas.

Wolontariuszami akcji zostali studenci jeleniogórskich uczelni, a także spoza stolicy Karonoszy. Byli to młodzi ludzie, którzy podkreślali, że znacznie więcej da im pomoc potrzebującym, niż korzystanie z uroków majowego weekendu. – Warto pomagać. Ludzie są bardzo



uprzejmi, jak nie chcą czy nie mogą wesprzeć akcji, to grzecznie o tym mówią – powiedziała jedna z wolontariuszek, która pomagała już przy Szlachetnej Paczce i bardzo chętnie włączyła się w akcję Harygmy.

Maks to podopieczny Fundacji Na Ratunek Dzieciom z Chorobą Nowotworową. O jego chorobie pisaliśmy w ubiegłym roku na łamach Biuletynu „Niepełnosprawni Tu i Teraz”.

To nie pierwsza impreza w Jeleniej Górze dla 6-latka z Piechowic. Gdy chłopiec przybył na jeleniogórski Rynek nie brakowało chwil wzruszenia – widok grupy młodych ludzi, którzy zgromadzili się, aby pomóc chłopcu wywołał łzy mamy Maksa. – Sam widok wzrusza, jest to bardzo wzruszające i pomocne dla nas. Maks będzie szybko rość, a nie zawsze będziemy mieć dofinansowanie





z NFZ, czy PCPR-u – powiedziała mama chłopca. – Przed amputacją przez 1,5 roku w ogóle nie rósł, a teraz, kiedy mamy przerwę od chemii, Maksymi-

„ Akcję muzyków i wolontariuszy wsparły okoliczne firmy. ”

lian zaczął dość szybko rosnąć i musimy kupić następną protezę i nowy wózek – powiedziała

Kamila Piwowarska, szacując aktualne potrzeby na 40 tys. zł.

Impreza charytatywna warta jest wymienienia instytucji, które ją wsparły. – Jesteśmy wdzięczni Gallerii Sudeckiej za pomoc, Kolejom Dolnośląskim – część muzyków przyjechała tu za darmo pociągami. Bardzo wspomógł nas jeleniogórski Kaufland przekazując ogromną ilość wody, Trip Bus, który przewiózł nam krzesła i inne rzeczy.

Tekst i fot. Przemek Kaczałko

Współorganizatorem imprezy było Jeleniogórskie Centrum Kultury, a głównym organizatorem Zespół Działań i Kulturalnych Harrygma z Kamiennej Góry. Istotne wsparcie charytatywnej imprezy dali restauratorzy z Placu Ratuszowego, którzy użyczyli prądu, w tym restauracje Sofa oraz Warka – zobowiązały się przekazać 10 procent utargu z tego dnia na rzecz akcji.



O potrzebie spolegliwości i wychodzenia poza strefę własnego komfortu

Rozmowa z Marcinem Fiedorowiczem, trenerem pracy, koordynatorem, mentorem projektu „Praca? Jestem na Tak!: aktywizacja zawodowa osób z niepełnosprawnościami”

Monika Żak: – Od lat brakowało w naszym kraju rozwiązań, które zapewniają indywidualne wsparcie osobom, które ze względu na różnorakie bariery wynikające z niepełnosprawności mają bardzo duże trudności z wejściem na rynek pracy, a w szczególności na otwarty rynek pracy. Rozwiązania przyjęte w innych krajach od kilku lat stosowane są również w Polsce. Jak one się sprawdzają?

Marcin Fiedorowicz: – Według mnie sprawdzają się bardzo dobrze i potwierdzają to również wyniki ewaluacji projektów zatrudnienia wspomagane, w których brałem udział. Wiele osób, które długo nie miały szansy znaleźć samodzielnie zatrudnienia mają szansę przy odpowiednim wsparciu wejść na rynek pracy. Jednak należy pamiętać, że tego typu projekty zwykle nie przynoszą spektakularnych ilościowych wyników, jakich mogłyby oczekiwać instytucje, które dają pieniądze na ich realizację. Zatrudnienie wspomagane to często długotrwały proces i skupia się przede wszystkim na jakości wsparcia, indywidualnym podejściu do osoby niepełnosprawnej i budowania gotowości do zrobienia kolejnych kroków i podjęcia zatrudnienia, ale to wymaga czasu, niekiedy trzech miesięcy, a innym razem nawet dwóch lat.

– Od przyszłego roku zatrud-

nienie wspomagane może stać się integralną częścią systemu wspierania osób z niepełnosprawnościami.

– To bardzo dobra wiadomość. W momencie, gdy zatrudnienie wspomagane zostanie zapisane w ustawie o rehabilitacji, to ma szansę stać się bardziej powszechne, więcej instytucji będzie mogło ją wdrażać i dzięki temu stanie się jeszcze bardziej dostępna dla osób z różnymi niepełnosprawnościami. Prace nad tym trwają od dawna. Warto wspomnieć tutaj o dużym zaangażowaniu Pani Małgorzaty Gorący z Wrocławskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych, który tej metody używał już w latach 90-tych! W 2010 roku Biuro Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych powołało zespół ekspertów ds. zatrudnienia wspomagane, do którego miałem przyjemność należeć. Było to bardzo budujące doświadczenie, że osoby z różnych organizacji pozarządowych, potwierdzały, że ta metoda sprawdza się w przypadku osób z różnymi niepełnosprawnościami. Potem był projekt Polskiego Forum Osób Niepełnosprawnych, który próbował zebrać te wszystkie doświadczenia i przetestować różne narzędzia, co się bardzo dobrze udało. Mamy zatem już dobre podwaliny tej metody, więc czas na to, aby mogło z niej skorzystać jak najwięcej osób.

– Kluczową rolę w procesie zatrudniania osób z niepełnosprawnością odgrywa trener pracy. To osoba nie tylko od stawiania diagnozy, ale przede wszystkim ktoś, kto „uczy pracy”. Jakby Pan opisał rolę takiej osoby?

– „Uczy pracy” – to bardzo dobre określenie roli trenera, ale też uczy samodzielności, budowania relacji, świadomości siebie, gospodarowania czasem, rozmów z pracodawcami, stawiania sobie celów i dążenia do nich i tego wszystkiego, co przydaje się, kiedy myśli o szukaniu pracy i pomysłu na siebie.

– Jak to wygląda w praktyce?

– Współpraca z trenerem, tak jak wspomniałem, może trwać kilka miesięcy albo nawet lat. Pierwsze kilka spotkań służy wzajemnemu poznaniu się i sprawdzeniu, na ile ten kontakt jest dobry dla obu stron. Jeśli trener i jego klient zdecydują się na współpracę, to podpisują kontrakt, czyli określają zasady współpracy i wzajemne zadania. Na początku ważne jest, aby wspólnie z trenerem odpowiedzieć sobie na takie pytania: Jaki mam pomysł na siebie? Co ja chcę robić w życiu? Co mi sprawia przyjemność? Jaką pracę mógłbym podjąć, a jaka na pewno nie jest dla mnie? To pozwoli nam lepiej poznać siebie. Potem tworzymy plan jak ten pomysł zrealizować, jakie mogą być kroki i co jest nam potrzebne. Jeśli mamy już to zrobione, to szukamy moż-

liwości realizacji tych pomysłów. Wspólnie z trenerem możemy poszukiwać informacji o lokalnym rynku pracy, ogłoszeniach o pracę, zarówno poprzez internet jak i bezpośrednie kontakty z instytucjami. Jeśli udało nam się znaleźć jakieś ogłoszenia, to przygotowujemy się do odpowiedzi, tworzymy CV, ćwiczymy pierwsze rozmowy z pracodawcami i kontaktujemy się z nimi. Ważne jest to, że trener towarzyszy osobie niepełnosprawnej na różnych etapach, od momentu poszukiwania pomysłu na siebie, aż do momentu zatrudnienia, kiedy może osobie niepełnosprawnej pomóc opanować zadania na stanowisku pracy.

– Od lat zajmuje się Pan rekrutacją trenerów pracy zatrudnianych w różnych projektach realizowanych przez organizacje pozarządowe. Czy trenerem pracy może zostać każdy? Jakie kompetencje i cechy osobowościowe powinna posiadać taka osoba?

– Z perspektywy różnych doświadczeń mogę powiedzieć, że ważniejsze są cechy osobowościowe niż wykształcenie. Tadeusz Kotarbiński, polski filozof i humanista wprowadził kiedyś taki termin „spolegliwy”. Ktoś taki nie jest uległy, ale taki na kim można polegać, godny zaufania, potrafi troszczyć się o drugą osobę, jest zdolny do kompromisów, potrafi słuchać. W tym znaczeniu trener pracy powinien być spolegliwy. Wszystkie osoby, które czują się gwiazdami i lubią być w centrum uwagi i nie dają innym dojść do głosu, odpadają. Tutaj to klient ma być najważniejszy. Dla mnie liczy się też kreatywność trenera, umiejętność poszukiwania różnych problemów, aby nie załamywać rąk w sytuacjach trudnych, ale umieć spojrzeć z różnych perspektyw. W pracy trenera przydaje się też różnorodność do-

świadczeń zawodowych. Jeśli pracowałeś fizycznie, układałeś towar w supermarkecie, ale zdarzyło ci się też wykonywać prace biurowe, tym lepiej, będziesz bardziej wiarygodny dla osoby, z którą będziesz rozmawiać o pracy.

– Obecnie pracuje Pan jako mentor, supervisor przy realizacji projektu „Praca? Jestem na TAK! – aktywizacja zawodowa osób z niepełnosprawnościami”. Z jakimi problemami borykają się trenerzy pracy zatrudnieni w tym projekcie?

– Jesteśmy na początku realizacji projektu, więc chyba największe problemy dopiero przed nami. Na pewno wyzwaniem jest poznać się wzajemnie, nabrać do siebie zaufania, ustalić wzajemne zasady współpracy i podzielić się zadaniami. Pamiętajmy, że każdy uczestnik projektu przychodzi z jakąś swoją historią, nieraz bardzo trudną. Osoby niepełnosprawne często doświadczają wielu barier, w ciągu życia wiele osób mówiło im, że nie nadają się do pracy, że powinny zostać w domu i zapomnieć o jakiegokolwiek pracy. Nie jest łatwo obcej osobie – w tym przypadku trenerowi – opowiedzieć tak od razu swoją historię. Nie jest też łatwo zmienić swoje myślenie, porzucić wątpliwości i uwierzyć w siebie. Ufam jednak w siłę naszych uczestników i uczestniczki projektu i muszę powiedzieć, że są w bardzo dobrych rękach doświadczonych trenerów pracy.

– Czego należy więc życzyć uczestnikom i trenerom projektu „Praca? Jestem na TAK!...”?

– Przede wszystkim odwagę w odkrywaniu siebie i podejmowaniu takich wyborów, które sprawiają, że będą jeszcze bardziej szczęśliwi. Czasem ten pierwszy krok może być mały, choćby wyjście z domu, pierwszy telefon do pracodawcy, jeden dzień pracy na



Fot. Monika Szalek

Marcin Fiedorowicz

Trener: Polskie Forum Osób Niepełnosprawnych; koordynator zatrudnienia w projektach innowacyjnych: Fundacja Eudajmonia; koordynator zatrudnienia w projektach systemowych: Towarzystwo Pomocy Głuchoniewidomym; ekspert ds. zatrudnienia i dostępności usług: Fundacja Imago. Krótko o sobie: Moja ścieżka zawodowa rozpoczęła się od wolontariatu, co miało duży wpływ na moją przyszłość. Praca z ludźmi daje mi wielką radość i jest to coś na czym znam się najlepiej.

próbę. Jest taki termin „strefa komfortu”, który mówi o tym, że mamy takie miejsca, sytuacje, w których czujemy się bezpiecznie. Ale jeśli ciągle będziemy tylko w miejscach dobrze znanych, z ludźmi których dobrze znamy, to niewiele nowego dowiemy się o sobie, o świecie, niewiele nowych rzeczy przeżyjemy. Zachęcam, żeby wychodzić poza strefę swojego komfortu i odkrywać to, co nowe, a ten projekt jest taką szansą.

Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała: Monika Żak

Jak zostaną przyjęci niepełnosprawni na teatralnej scenie,
czy nie spotkają się z brakiem akceptacji?

Dorośle „dzieci” aktorami

Od lutego br. w Jeleniej Górze działa pierwszy teatr składający się tylko z osób z zespołem Downa. W ostatnim czasie aktorzy „Edycji Limitowanej” wzięli udział w warsztatach z Justyną Wielgus – była aktorką, tancerką, pedagogiem teatralnym i osobą odpowiedzialną za ruch sceniczny w warszawskim Teatrze 21.



Justyna Wielgus była gościem Jeleniogórskiego Stowarzyszenia Rodzin i Przyjaciół Dzieci z Zespołem Downa, pod skrzydłami którego działa „Edycja Limitowana”.

– Podczas spotkania z jeleniogórskimi aktorami Justyna Wielgus dzieliła się kilkunastoletnim doświadczeniem pracy Teatru 21, który jest moją nieustającą inspiracją w pracy teatralnej i terapeutycznej – opowiada Ilona Sobol, założycielka Teatru „Edycja Limitowana”. – Zajęcia były nie tylko okazją do pracy nad warsztatem aktorskim, ale również przestrzenią do dialogu pomiędzy nami, twórcami teatru, aktorami i ich rodzinami. Była to okazja do otwartej rozmowy, jak zostaną przyjęte dorośle „dzieci” jako aktorzy, czy nie spotkają się z szyderstwem, brakiem akceptacji, litością... – dodaje instruktorka.

Podczas spotkania próbowano też odpowiedzieć na pytanie:

czy aktor z niepełnosprawnością to przede wszystkim aktor czy aktor niepełnosprawny? – Jeden z aktorów „Teatru 21” tak wypowiedział się na ten temat: „(...) nie gramy po to, żeby było nam dobrze, ale żeby widz wyniósł coś ze spektaklu. My, aktorzy, mamy prawo coś przekazać innym”. I to właśnie był główny temat poszukiwań podczas naszego warsztatu: jaką historię do opowiedzenia noszą w sobie aktorzy – dodaje Ilona Sobol.

Założycielka teatru postanowiła bowiem, że nie będzie pisać gotowego scenariusza sztuki, którą zagrają aktorzy „Edycji Limitowanej”. – Intencją teatru jest opowiadanie przez aktora historii nieprawdziwych, ale o osobach z zespołem Downa jest tyle przekłamań w świecie pełnosprawnych, że postanowiłam odwrócić sytuację i wykorzystać teatr do opowiedzenia ich prawdziwego życia. Doświadczenia pomiędzy nami sprawnymi,



dyktującymi warunki istnienia, to gotowy scenariusz na sztukę – mówi Ilona Sobol.

Obecnie teatr „Edycja Limitowana” skupia około 20 osób, z czego połowa to czynni aktorzy. – Zanim przystąpimy do pracy nad sztuką, musimy jednak popracować nad stworzeniem prawdziwego zespołu i poczucia bezpieczeństwa – mówi Ilona Sobol. Dlatego na przygotowanie pierwszej sztuki instruktorka daje sobie około roku.

Daria Zawadzka

Założycielka jeleniogórskiego teatru to terapeuta zajęciowy, instruktor dramowo-teatralny. Jest absolwentką Studium Terapii Zajęciowej o specjalizacji psychoterapia oraz Mazowieckiego Centrum Kultury i Sztuki, a także Warszawskiego Instytutu Teatralnego. Ukończyła liczne szkolenia: z zakresu pedagogiki, pedagogiki teatru, dramy, arteterapii. Prowadzi autorskie warsztaty rozwoju osobistego, terapii, realizuje spektakle, projekty terapeutyczno-artystyczne. Propaguje twórczą terapię i edukację. W ostatnich latach studiowała i pracowała w Warszawie. Do Jeleniej Góry wróciła w ubiegłoroczne wakacje i chcąc kontynuować swoją dotychczasową działalność od razu nawiązała kontakt z Jeleniogórskim Stowarzyszeniem Rodzin i Przyjaciół Dzieci z Zespołem Downa.



Czy okulary eSight pomogą osobom z dysfunkcjami wzroku?

Cyfrowe okulary eSight były prezentowane 27 stycznia w Sight Center of Northwest Ohio. Okulary są udźwiękowione, mobilne i mogą być dostosowywane do potrzeb użytkowników.

Okulary te są przeznaczone dla osób z dysfunkcjami wzroku, m.in. dla osób cierpiących na zwyrodnienie plamki żółtej. Mają być pomocne m.in. w czytaniu i korzystaniu z laptopa lub telefonu.

Przypadek Jill Hofbauer

Jill Hofbauer cierpi na genetyczną, dziedziczną chorobę Stargardta, powodowaną przez mutację genu odpowiedzialną za młodzieńczą dystrofię plamki żółtej. W przypadku Jill choroba została zdiagnozowana w wieku 8 lat. „Moje widzenie centralne zarówno na odległość jak i z bliska jest upośledzone. W centralnym punkcie pola widzenia mam czarną dziurę, zaś widzenie peryferyjne jest niezłe, tak więc, by dowiedzieć się, co znajduje się w miejscu czarnej plamy, muszę kierować wzrok na boki. Jest to bardzo uciążliwe” – mówi Jill Hofbauer. Na prezentacji Hofbauer włożyła okulary eSight i jej widzenie centralne zyskało znaczącą ostrość. Była w stanie odczytać jadłospis bez konieczności przybliżania go do twarzy, znacznie lepiej niż zwy-

kle odczytywała również tablicę do sprawdzania ostrości wzroku. „Kiedy czytałam litery z tablicy, po czym pokazano mi jak daleko się ona znajdowała, byłam zdumiona. Bez cyfrowych okularów czytanie kosztowałoby mnie wiele wysiłku.”

„Korzystając z okularów eSight ma się wrażenie, jakby oglądało się film z własnego życia”

Jak działają okulary eSight?

Zestaw jest niewielki i lekki. Składa się z okularów zintegrowanych ze słuchawkami i z kamerą. Kamera rejestruje obraz w jakości HD. Wideo jest następnie prezentowane na dwóch ekranach umieszczonych w zestawie słuchawkowym. Urządzenie dostosowuje każdy piksel obrazu w czasie rzeczywistym. Hugh Montgomery, pracownik firmy, która zaprojektowała i wyprodukowała okulary, cierpiący również na zwyrodnienie plamki żółtej, mówi: „Użytkow-



nik może ustawić odpowiednią dla siebie ostrość obrazu i jego kontrast. Korzystając z okularów eSight ma się wrażenie, jakby oglądało się film z własnego życia”. Montgomery kilka lat temu kupił okulary eSight. Twierdzi, że ten krok zmienił całe jego życie.

Kosztowna technologia

Technologia, w której wykonano eSight nie jest tania – para okularów kosztuje 15 tys. dolarów, przy czym okulary nie są objęte refundacją. Jak mówi Hugh Montgomery, są klienci, którzy kupują je za własne środki, są też i tacy, którzy korzystają z pomocy organizacji non profit, inni zaś organizują zbiórki na ten cel.

Okulary eSight znajdują się na rynku od około 2 lat. Jak dotąd zakupiło je 450 osób. Najmłodszy użytkownik korzystający z technologii eSight ma 7 lat, najstarszy – 93.

Źródło:
www.altix.pl 29.01.2016

Projekt dofinansowany przez:
Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Zawody sportowe WTZ w Kowarach

Na obiekcie Orlik w Kowarach odbyły się po raz pierwszy zawody sportowe osób niepełnosprawnych zorganizowane przez miejscowe Warsztaty Terapii Zajęciowej.

W zmaganiach wzięło udział 50 osób niepełnosprawnych uczestników Warsztatów Terapii Zajęciowej z Kowar oraz z Jeleniej Góry, którzy rywalizowali indywidualnie oraz drużynowo w pięciu konkurencjach: biegu na 60 m, skoku w dal, koszykówce, piłce nożnej oraz bocce.

Zawody zostały zorganizowane z myślą o młodzieży i dorosłych osobach niepełnosprawnych z Jeleniej Góry i powiatu jeleniogórskiego, uczestniczących na co dzień w zajęciach warsztatów terapii zajęciowej. Ideą zawodów jest stworzenie osobom niepełnosprawnym okazji do zabawy sportowej z elementami rywalizacji.

– Z doświadczenia wiemy, że proponowana forma współzawodnictwa dostarcza bardzo dużo pozytywnych emocji,



a start w zawodach sportowych stymuluje każdego, a osoby niepełnosprawne w szczególności do przekraczania własnych barier, zarówno fizycznych jak i psychicznych – mówili organizatorzy. – Mamy nadzieję, że zorganizowane zawody pomogą niejednemu z uczestników uwierzyć we własne możliwości i zmobilizują do większej aktywności ruchowo-sportowej na co dzień – dodali.

W imprezie zwycięzcami byli wszyscy uczestnicy, którzy świet-

nie się bawili, a w wyniku rywalizacji sportowej wyłoniono zwycięzców indywidualnych, którzy zdobyli złote, srebrne i brązowe medale:

- w biegu na 60 m:

1. Krystian Izakiewicz, 2. Sebastian Paszkiet, 3. Adam Gwóźdź – wszyscy WTZ Kowary

- w skoku w dal:

1. Adam Gwóźdź, 2. Adam Nadolski, 3. Sebastian Paszkiet – wszyscy WTZ Kowary

- w rzutach do kosza:

1. Piotr Kurniak, 2. Michał Habasiński – obaj WTZ Kowary, 3. Michał Grała – WTZ Jelenia Góra

- w piłce nożnej – strzały na bramkę:

1. Cezary Klukiewicz – WTZ Jelenia Góra, 2. Paweł Zubiel, 3. Artur Czuba – obaj WTZ Kowary

- w konkursie bocce:

1. Grzegorz Sielicki, 2. Michał Habasiński, 3. Krzysztof Szmydt – wszyscy WTZ Kowary

W klasyfikacji zespołowej zwyciężył WTZ Kowary – 114 punktów, a WTZ Jelenia Góra zdobył 34 punkty.

(ORG)

Fot. użyte/Organizator





ŻYCIE GÓRĄ

Trzy niezwykle kobiety w trzy czerwcowe dni zdobyły trzy szczyty z Korony Gór Polskich. Kobiety, których nie można opisać w kilku słowach, kobiety, których działania przekraczają bariery, kobiety, których postawa motywuje do życia pełnią.

Adriana Szklarz znana jest jako autorka książki „Kobieta z męskim sercem” wydanej w 2016 roku opisującej jej walkę z chorobą, osobiste przeżycia, nadzieje i rozterki, a także sposób na aktywne życie po przeszczepie serca. Adriana Szklarz jest organizatorem Ogólnopolskiego Marszu Nordic Walking im. prof. Zbigniewa Religi – Popieram Transplantację. Jako jedna z dwóch pierwszych Polek po przeszczepie, obeszła wyspę Bornholm, pokonując 120 km i 950 m propagując hasło Transplant OK! Drugą uczestniczką wydarzenia „Życie górą” była Katarzyna Ozimek – kobieta po przebytej chorobie nowotworowej, chemioterapii oraz hormonoterapii. Kobieta, która przekonała siebie i robi wszystko, aby przekonać innych, że

nowotwór to nie wyrok. Wie, że bardzo dużo zależy od własnego nastawienia oraz postawy wobec życia i choroby. Trzecią uczestniczką wyprawy jest kobieta, która przeżyła operację kręgosłupa.



Magdalena Kubacka przeszła nieplanowaną operację przeprowadzoną w trybie pilnym podczas pobytu w Chorwacji. Dziś zachęca wszystkich do dbania o własne zdrowie poprzez regularny wysiłek fizyczny. Jak mówi „warto się ruszać, biegać, ćwiczyć dla siebie ale także dla swoich najbliższych”.

W czerwcu od 8 do 10 – te trzy niezwykle kobiety zdobyły trzy górskie szczyty o łącznej wysokości 4.584 m n.p.m., były to Babia Góra, Skrzyczne oraz Śnieżka. – Do zdobycia ostatniego szczytu – Śnieżki zaprosiliśmy inne osoby. Każdego, kto chciał pokonać własne ograniczenia, pokonać własne słabości, spróbować swoich sił i na szczycie razem z nami powiedzieć Życie Górą – mówi Adriana Szklarz. Relacja z całego wydarzenia dostępna jest na stronie www.facebook.com/zyciegora/.

Dorota Pilecka

Komputery dla potrzebujących

Po raz drugi Fundacja Banku Zachodniego imienia Stefana Bryły przekazała kilkanaście jednostek komputerowych Karkonoskiemu Sejmikowi Osób Niepełnosprawnych. Ten z kolei sprzętem obdarował przedszkola, szkoły, organizacje pozarządowe oraz osoby niepełnosprawne.

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych od początku swojej działalności wspiera osoby potrzebujące, zarówno poprzez przekazanie sprzętu rehabilitacyjnego, zbiórkę pieniędzy w ramach 1 procenta podatku, czy właśnie dzięki fundacjom współpracującym z jeleniogórską organizacją. Tym razem rozdysponowano 10 sztuk używanych tzw. pecetów. Niezbyt starych, bo 5 i 6-letnich, z wgranym systemem operacyjnym oraz wyposażeniem: myszkami, klawiaturami i monitorami.

– To dla nas drugie już wyróżnienie przez Fundację Banku Zachodniego. Wszyscy wiemy, że dzisiaj ciężko jest funkcjonować bez komputera, ale proszę mi uwierzyć, że wśród nas jest



Komputery trafiły do instytucji zajmujących się pomocą osobom niepełnosprawnym.

dużo takich osób, które nie mają dostępu do wirtualnego świata. Dużą rolę odegrał nasz wolontariusz informatyk pan Łukasz, który sprawdził i dostosował komputery do potrzeb obdarowywanych – mówi Stanisław Schubert, prezes KSON-u.

Po dwa komputery trafiły do Miejskiego Integracyjnego Przedszkola nr 14, Szkoły Specjalnej w Jeleniej Górze, organizacji pozarządowych czyli Karkonoskiej Akademii Aktywnych Seniorów i Karkonoskiego Klubu Seniora i Wolontariusza. Pozostałe otrzymały cztery rodziny, w których są osoby niepełnosprawne.

– Na samym początku komputery będą służyły najstarszym dzieciom, które mają problemy z koordynacją ruchową – przekonuje Joanna Konopka, dyrektor Miejskiego Integracyjnego Przedszkola nr 14 w Jeleniej Górze. – Sprzęt przyda się także dzieciom, które mają problemy ze wzrokiem czy z pisaniem. Komputery będą również wykorzystywane w terapii zajęciowej.

– Dla nas jest to skok w przyszłość – mówi Jakub, który uczęszcza do Szkoły Specjalnej. – Teraz będziemy mogli bez problemu rysować w „paincie”, pisać w Wordzie i innych programach, które po uruchomieniu starych szkolnych komputerów po prostu się zawieszały! To dla nas uczniów bardzo dobra wiadomość – przekonuje.

To nie koniec prezentów, które w tym roku zamierza przekazać potrzebującym Karkonoski Sejmik. Wkrótce 6 kolejnych osób zyska kolejny sprzęt komputerowy.

Tekst i fot.: D.K.



Empatia, integracja, wolontariat...

Pod takim hasłem odbyło się w Zespole Szkół, Gimnazjum im. Ratowników Górskich w Karpaczu kolejne z cyklu spotkań zorganizowanych przez Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych z uczniami tej szkoły. Ponad 130 uczniów, nauczycieli i dyrekcja szkoły gościli osoby niepełnosprawne.

O problemach osób niewidomych i niedowidzących z prezentacją wspomagających urządzeń technicznych (maszyna do pisania w języku Braille'a, dyktafony, „gadające telefony”) mówili: niewidoma 17-letnia licealistka Ania i pan Stanisław ze Stowarzyszenia Inwalidów Wzroku. Jeden z uczniów z zasłanymi oczami próbował przecha-
dzać się między rzędami krzeseł przy użyciu białej laski.

O problemach cukrzyków i przyczynach tej choroby cywilizacyjnej z prezentacją sprzętu do pomiaru cukru we krwi i sposobach zdrowego żywienia mówił przedstawiciel Stowarzyszenia Diabetyków pan Andrzej.

– Ruch to zdrowie – zapewniali sportowcy z klubu sportowego „Victoria” z sekcji piłkarskiej „siatkówka na siedząco”. Panowie Adam i Wiktor, mówili o polskich paraolimpijczykach, prezentując elementy zasad sportowej rywalizacji niepełnosprawnych.

Pan Jerzy ze Stowarzyszenia



Niedosłyszających „Lira” opowiadał o przyczynach utraty słuchu. Zaprezentował także najnowsze zdobycze polskiej i światowej medycyny w przywracaniu funkcji narządu słuchu.

Dużym zainteresowaniem cieszyła się wypowiedź pani Renaty z Karkonoskiego Stowarzyszenia Osób Laryngektomowanych, która musiała się poddać operacji usunięcia krtani,

a jednak dzięki ciężkiej pracy i rehabilitacji posługuje się dobrze zastępczą mową przeponową. Pani Renata zwróciła uwagę na to, że jej niepełnosprawność wynika głównie z nałogu palenia papierosów.

– To już drugie takie spotkanie z niepełnosprawnymi z KSON-u – mówiła Maria Supel, dyrektor szkoły. – Dzięki takim spotkaniom nasi uczniowie uczą się wrażliwości i empatii





w stosunku do ludzi pozornie „innych”, pobudzają naturalny odruch integracji środowiska i poznają zasady wolontariatu – podkreślała.

– W poszczególnych klasach ogłosimy konkurs na najciekawszy artykuł dotyczący niepełnosprawności. Najlepsze wypracowanie zostanie zamieszczone w miesięczniku „Niepełnosprawni Tu i Teraz”, którego wydawcą od dziewięciu lat jest KSON – dodała.

Takie spotkania wspomina Andrzej Wójcik z Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków, członek Społecznej Powiatowej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych przy Prezydencie Jeleniej Góry. – To już nasza wypróbowana tradycja współpracy ze szkołami w mieście i w powiecie, a skupiona uwaga młodych słuchaczy i liczne pytania do niepełnosprawnych gości świadczą, że to dobry kierunek budowania integracyjnych więzi nie tylko w środowiskach szkolnych – powiedział.

(KSON)

Fot. Archiwum KSON





Niepełnosprawna sportsmenka Lucyna Kornobys osiąga wspaniałe sukcesy

Celem olimpijski medal!

Już za niespełna trzy miesiące jeleniogórska sportsmenka powalczy o upragniony medal podczas Igrzysk Paraolimpijskich w brazylijskim Rio de Janeiro. O najbliższych startach, szansach na olimpijski krążek i sporcie niepełnosprawnych z Lucyną Kornobys rozmawia Mateusz Dzień vel Rakoczy.

Jeleniogórska lekkoatletka, specjalizująca się w konkurencjach technicznych – pchnięciu kulą i rzucie oszczepem szlifuje formę i może pochwalić się bardzo dobrymi rezultatami podczas rozegranego w maju w Słubicach Międzynarodowego Mitingu Osób Niepełnosprawnych w Lekkiej Atletyce. W zawodach udział wzięli reprezentanci poszczególnych klubów z Polski, ale również sportowcy z Indii, Turcji, czy Zjednoczonych Emiratów Arabskich. – To był dobry start. W dysku uzyskałam wynik 20,40 m, w oszczepie

17,88 m, natomiast w kuli 8,22 m (tym samym poprawiając rekord życiowy o 21 cm). Zdobyłam w sumie drugie miejsce w memoriałowej konkurencji rzutu oszczepem kobiet oraz drugą lokatę w konkurencjach technicznych kobiet. Jestem już spokojna udziału w igrzyskach paraolimpijskich posiadając wymagane minima w pchnięciu kulą i rzucie oszczepem. Obecnie szykuję się na start w Mistrzostwach Europy we włoskim Grosseto. To będzie prawdziwy test. Chciałabym zaprezentować się z jak najlepszej strony w starciu z innymi

zawodniczkami Starego Kontynentu – mówi Lucyna Kornobys.

Medal marzeń

W lipcu jeleniogórska lekkoatletka weźmie jeszcze udział w Mistrzostwach Polski w Słupsku, później obóz sportowo-przygotowawczy i ostatnia prosta do Rio... – W Brazylii wystartuję w dwóch konkurencjach – pchnięciu kulą i rzucie oszczepem. Moim marzeniem jest medal, choć jeśliby przytrafiłyby się dwa krążki, to byłoby fantastycznie. Nie da się ukryć, że większe szanse mam w oszczepie, ale w przypadku obu konkurencji jestem dobrej myśli. To będą moje pierwsze igrzyska paraolimpijskie, mam nadzieję że psychika wytrzyma i zapre-

zentuję się z dobrej strony. Rywalki nie śpią, przygotowują się do startu w tej najważniejszej imprezie pragnąc stanąć na podium. Sprawy ułatwiać nie będą nam też sędziowie. Wiadomo, że podczas startów w Polsce są bardziej przychylni, za granicą ich oceny i podejście jest bardziej rygorystyczne – dodaje Lucyna Kornobys.

Mogłoby być lepiej

Polskie społeczeństwo nieco lepiej postrzega sport niepełnosprawnych niż miało to miejsce kilka lat temu, lecz jest jeszcze wiele do poprawy. – Swoją sportową karierę rozpoczęłam w 2009 roku i muszę przyznać, że przez te 7 lat zrobiliśmy duży krok w przód. Jest znacznie większa świadomość ludzi na temat sportu niepełnosprawnych, inaczej się na nas patrzy i dostrzega nasze sukcesy. Wciąż nam jednak daleko do Niemiec, czy Wielkiej Brytanii – krajów wiodących w tym elemencie, w których igrzyska paraolimpijskie znajdują się na równi z igrzyskami olimpijskimi. Tam niedopuszczalne jest na przykład, aby niepełnosprawni sportowcy mieli podczas swoich igrzysk inne stroje reprezentacyjne niż ich pełnosprawni koledzy. W tym roku u nas ma to się



zmienić, zobaczymy jak będzie z liczbą kompletów jakie otrzymamy... Trenujemy tak samo ciężko jak nasi pełnosprawni koledzy, a może nawet i ciężiej bowiem borykamy



się na co dzień z różnymi przeszkodami, jak dojazdy, czy samo znalezienie miejsca odpowiedniego na treningi – wyjaśnia jeleniogórzanka.

Młodzi się nie garną

W ostatnich latach może martwić frekwencja podczas za-

wodów osób niepełnosprawnych organizowanych w naszym kraju. – Co jakiś czas na mistrzostwach pojawiają się nowe osoby, ale często są to tylko epizody. Młodzi niepełnosprawni sportowcy są niecierpliwi, chcą od razu zdobywać medale, a tak się nie da. Szybko się zrażają i odpuszczają. Na wyniki trzeba poczekać. Zmienić musi się także mentalność rodziców, którzy wciąż obawiają się, że ich pociechy się zmęczą, czy wyjdą z domu na trochę dłużej. Wydaje mi się, iż niezbędne są otwarte spotkania jakie często organizuję, na których tłumaczę samym zainteresowanym, jak ważny w naszym życiu jest sport i aktywny sposób życia – kończy Lucyna Kornobys.

Mateusz Dzień vel Rakoczy

Fot. użyte



W poczekalni oddziału onkologicznego cz. 4

Umysł wyciszony

Daniel ma 28 lat. Mieszka w jednym z niewielkich dolnośląskich miasteczek. Przed czterema laty ożenił się a od niedawna jest ojcem półtorarocznej córeczki. Mniej więcej równoległe z urodzinami dziecka, u Daniela zdiagnozowano chorobę nowotworową – rak płuca. Lekarz nie ukrywał, że ten typ nowotworu, dawniej rzadki, a obecnie coraz częściej spotykany, niesie ze sobą realną możliwość interwencji chirurgicznej. Dla młodego mężczyzny i jego najbliższych rozpoznanie stanowiło szok, który w jednym momencie zburzył spokój i plany na przyszłość.

Daniela spotkałem w trakcie kursu chemioterapii, która jak się wydaje dawała raczej skromne efekty. Pomimo tego od chorego emanował spokój i niezachwiana wiara w powodzenie podjętej kuracji. Źródłem takiej postawy była uprawiana przez Daniela od dawna medytacja, która dawała mu ten spokój i wyciszenie, tak potrzebne w zaistniałej sytuacji. Daniel potrafił wyłączać się ze szpitalnej rzeczywistości i wędrować po znanych tylko sobie ścieżkach. Godziny medytacji traktował jako ogromną pomoc w chemioterapii – uważał, że zwielokrotniają efekty leków wprowadzanych do jego organizmu. W rozmowie przyta-

czał przykłady ludzi, którzy przy pomocy technik medytacyjnych potrafili doprowadzić do zaniku komórek nowotworowych i wyleczenia raka. Przekonywał, że prowadzone w ostatnim czasie badania udowodniły, że nasze myśli – czy to w postaci nastroju, przekonań, emocji, lęku czy depresji – mają bezpośredni wpływ na układ odpornościowy. Myśli, uczucia i emocje mogą mieć ogromny wpływ na stan naszego zdrowia oraz na to, czy zachorujemy. Jak wykazują najnowsze badania, są nawet w stanie zmieniać materię fizyczną. Daniel podkreślał przy tym, że medytacja to bardzo powszechna i sprawdzona metoda na uzyskanie wewnętrznej harmonii, wyciszenia i spokoju – w ten sposób można rozwiązać wiele problemów (w tym także zdrowotnych). Istnieje bardzo wiele rodzajów medytacji – przed wyborem należy odpowiedzieć sobie na pytanie, jaki jest nasz cel, czego poszukujemy w tych praktykach; są bowiem różne ścieżki medytacji, które prowadzą w rozmaite zakątki umysłu.

Można chyba powiedzieć, że Daniel swoimi opowiadaniem o wszechstronnych zaletach medytacji a także o całkowitym bezpieczeństwie tej metody, potrafił głęboko zainteresować wszystkich

leżących na naszej sali. Dodatkowymi plusami było na pewno także i to, że przy podjęciu systematycznego medytowania nie zachodziła potrzeba rezygnowania z czegokolwiek, a godziny chemio czy radioterapii dawały możliwość dodatkowego wykorzystania. Niedawno spotkałem jednego z pacjentów, którzy przed kilkoma miesiącami leżeli na sali razem z Danielem. Okazuje się, że w przypadku Piotra zainteresowanie medytacją nie rozwiązało się po opuszczeniu szpitala. Przeciwnie – systematycznie uprawiana medytacja stanowi dla Piotra i jego żony nową jakość w ich życiu i sprawia, że oboje czują się mniej zestresowani i bardziej wyciszeni.

Chociaż trudno jest zrozumieć sposób, w jaki nasze myśli mogą wpływać na ciało, a jeszcze trudniej pojąć, jak mogą one w takim razie oddziaływać na zdrowie i zachowanie innych, zarówno Piotr jak jego żona zgodnie stwierdzili, że przy okazji medytacji odkryli dla siebie nową wartość modlitwy. Od tysięcy lat wierni modlą się za innych, ale zjawisko pozostawało do niedawna niezbadane. Podjęte niedawno badania sugerują, że modlitwa może mieć wpływ na zachowanie i zdrowie drugiej osoby. Jeśli wyniki badań przedstawiane są zgodnie z prawdą, oznaczałoby to, że myśli innych osób mają na nas bardzo znaczący wpływ.

Tadeusz Siwek





Listy do redakcji

Są jeszcze ludzie wrażliwi

Chciałem serdecznie podziękować redakcji Waszego pisma za umieszczenie w jednym z numerów, artykułu o problemach, z jakimi borykają się niewidomi właściciele psów przewodników.

Niestety w ostatnim czasie Polski Związek Niewidomych zaprzestał dofinansowania do wyżywienia naszych czworonożnych przyjaciół. Jeszcze do roku 2014 otrzymywaliśmy z PZN kwotę około 180 złotych miesięcznie na psa, chociaż taki pies musi zjeść pożywienie wartościowe, żeby nie chodził po śmietnikach i lekko licząc, na ten cel muszę wydać około 250 złotych miesięcznie. Z mojej renty zostaje mi po opłaceniu wszystkich należności, około 300 złotych i jak tu związać koniec z końcem, wyżywić psa i zapewnić mu opiekę weterynaryjną?

Mieszkam w Świeradowie Zdroju, w terenie górskim i bez dobrze prowadzonego psa, nie mogę się poruszać. Po Waszym artykule z opisie mojego pobytu w sanatorium w Kołobrzegu, gdzie spotkała mnie Wasza dziennikarka p. Jolanta Wiatr

dostałem dwa przekazy pieniężne. Widać są jeszcze w Polsce ludzie wrażliwi i za to Im serdecznie dziękuję prosząc o pomoc. Za każdą formę będę wdzięczny.

Jestem ociemniałym inwalidą ze znacznym upośledzeniem wzroku, mam szereg jeszcze innych chorób.

Z poważaniem

*Marian Baczyński
Świeradów Zdrój*

OD REDAKCJI

Cieszymy się, że naszą publikacją mogliśmy pomóc naszemu Czytelnikowi. Artykuł „Kto dokarmi psa przewodnika?” umieściliśmy w styczniowym wydaniu Biuletynu „Niepełnosprawni Tu i Teraz” (nr 1/2016). Wydanie dostępne jest w formacie pdf na stronie www.kson.pl, przypominamy ten artykuł także w elektronicznym wydaniu naszej gazety. Wszyscy, którzy chcą pomóc w zakupie karmy dla psa Rocky'ego mogą przesyłać pieniądze na adres Marian Baczyński, ul. Zdrojowa 11/3, 59-850 Świeradów.

Zachęcamy Czytelników do nadsyłania korespondencji. Coś Cię trapi? Masz problem z rozwiązaniem swojego problemu? Pisz: biuro@kson.pl

Dzień inwalidy w Ownicach

Od wielu lat w maju Gmina Śłońsk oraz sołtys wsi Ownice Franciszek Jamoniuk wraz ze swoją małżonką, przy współpracy z Fundacją Czysta Woda oraz niezależna radna Rady Miasta Gorzowa Wielkopolskiego Grażyna Wojciechowska organizują Międzynarodowy Dzień Inwalidy. Osoby z niepełnosprawnością spotykają się w malowniczej miejscowości Ownice.

– W tym roku po raz pierwszy brałam udział w tym spotkaniu, jestem pod ogromnym wrażeniem, w jaki sposób zostało ono przygotowane, na rozległym pięknie zagospodarowanym terenie było wiele atrakcji – konkurs karaoke, zawody strzeleckie, zawody wędkarskie, wspólne tańce,

rozmowy oraz oczywiście wspólny posiłek – relacjonuje Ewa z Gorzowa Wlkp. Każdego roku w Ownicach spotykają się osoby niepełnosprawne z województwa lubuskiego, między innymi członkowie Polskiego Towarzystwa Walki z Kalectwem Oddział w Gorzowie Wlkp., Słubicach oraz Skwierzynie, słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku, członkowie gorzowskiego Stowarzyszenia Amazonki, członkowie Stowarzyszenia Chorych na Parkinsona, uczestnicy Warsztatów Terapii Zajęciowej, a także radni i przedświcie władz

terenowych. – Dla nas to okazja do wspólnego wyjazdu, integracji, spędzenia czasu także z innymi osobami, spotkanie znajomych z innych stowarzyszeń i placówek. W tym roku jeden z przedstawicieli TWK w Gorzowie zdobył nagrodę w konkursie wędkarskim to oczywiście Rysiu, który co roku zabiera wędkę i siada na brzegu – śmieje się Prezes PTWK w Gorzowie Barbara Kadziewicz.

DP



KONSULTACJE SPOŁECZNE

– wszyscy zmieniamy ustawę o rehabilitacji

Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych i Prezes Zarządu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych ogłosili szerokie konsultacje społeczne.

Konsultacje mają na celu przebudowę i unowocześnienie systemu wsparcia Osób Niepełnosprawnych, funkcjonującego już od 25 lat.



Uwagi i propozycje można zgłaszać do 15 września 2016 roku za pośrednictwem formularza zamieszczonego na stronie internetowej PFRON: www.pfron.org.pl

Liderzy 25-lecia

Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych oraz Prezes Zarządu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych chcą nagrodzić Liderów 25-lecia – tych, których działania, pomysły i inicjatywy szczególnie przyczyniły się do rozwoju systemu wsparcia Osób Niepełnosprawnych w Polsce.

Nagrody wręczane będą w kategoriach:

- Dostępność • Edukacja • Sport • Pracodawca
- Kultura • Złota Dziesiątka (głosowanie internetowe)

Kandydatury wraz z uzasadnieniem można zgłaszać do 16 sierpnia 2016 roku poprzez wypełnienie formularza on-line dostępnego na stronie Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych www.pfron.org.pl. Rekomendacje natomiast należy przesłać na adres e-mail: redakcja@pfron.org.pl.

Internauci za pośrednictwem profilu Facebook PFRON będą mogli dokonać wyboru Złotej dziesiątki spośród zgłoszonych do Plebiscytu Liderów 25-lecia w dniach 16 sierpnia – 6 września 2016 r. Regulamin Plebiscytu Lider 25-lecia można znaleźć na stronie PFRON www.pfron.org.pl.

Przekonać się do komputera

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Cieszynie w tym roku ogłosiło projekt „Aktywny powiat cieszyński – program aktywizacji społeczno-zawodowej w obszarze pomocy społecznej”, do którego zgłosiła się również grupa osób niepełnosprawnych w tym niewidomych z powiatu cieszyńskiego.

Projekt, który będzie trwał do końca grudnia 2017 roku skierowany jest do osób z orzecznym stopniem niepełnosprawności oraz osób przebywających i opuszczających pieczę zastępczą w tym rodziny zastępcze lub placówki opiekuńczo-wychowawcze (18-25 lat).

Projekt jest realizowany w partnerstwie z Gminami: Brenna, Chybie, Cieszyn, Dębowiec, Goleszów, Hażlach, Istebna, Skoczów, Strumień, Ustroń, Wisła, Zebrzydowice.

– W ramach tego przedsięwzięcia organizowane będą: szkolenia podnoszące kwalifikacje i kompetencje, szkolenia miękkie z zakresu doradztwa zawodowego i psychologii, indywidualne spotkania z doradcą zawodowym, psychologiem, staże i indywidualne porady specjalistyczne – powiedział Grzegorz Stańczyk z cieszyńskiego PCPR-u.

Najważniejsze jest zdobycie przygotowania zawodowego, a celem głównym jest, aby beneficjent podjął prace po zakończeniu projektu.

– Każdy z uczestników wybierał sobie kursy lub szkolenia, takie jak m.in. kurs na operatora wózków widłowych, obsługi kas fiskalnych, opieka nad dziećmi lub osobami zależnymi, kursy fryzjerskie, florystyczne czy różne z zakresu rachunkowości i administracji biurowej – dodaje Grzegorz Stańczyk.

Grupa czterech niewidomych, która znalazła się w tym projekcie wybrała szkolenie kompute-



rowe dla osób z dysfunkcją wzroku ECDL (Europejski Certyfikat Umiejętności Komputerowych).

Szkolenie trwające 80 godzin odbywało się w dniach 9 maja – 14 czerwca w siedzibie cieszyńskiego koła Polskiego Związku Niewidomych i zakończyło się dwudniowym egzaminem. Szkolenie prowadziła profesjonalna firma – Instytut Edukacji i Rozwoju ALFA PRIM.

– Osoba niewidoma obecnie może podjąć pracę na stanowiskach biurowych, gdzie jest w stanie poradzić sobie ze wszystkim, oprócz grafiki komputerowej. Dzięki szkoleniom z obsługi komputera na różnych poziomach potencjalny niewidomy pracownik może wykonywać takie prace jak: telemarketer, operator wprowadzania i analizowania danych, asystent w sekretariacie firmy, itd. – mówi instruktorka Daria Bizoń z Alfa Prim.

Osoby z dysfunkcją wzroku, które uczestniczyły m.in. w tym szkoleniu ECDL zgodnie stwierdziły, że to, czego się nauczyły podczas tych osiemdziesięciu godzin przyda się im podczas pracy na komputerze z wykorzystaniem programów udźwiękowiających i poznanych skrótów klawiaturowych.

– Jesteśmy w stanie zdobyć pracę dzięki rzetelnie przygotowanym zajęciom prowadzonym przez wymagających i znających problem zarówno dysfunkcji wzroku, jak i informatykę szkoleniowców. Ich wiedza, determinacja, cierpliwość, „nadśłuchujące ucho” i „kontrolujące oko” przeprowadzają nas przez zawiłości komputerowych meandrow. W wyniku przebytego szkolenia potrafimy za pomocą programu mówiącego i klawiatury, za to bez monitora, napisać tekst w edytorze tekstu, sformatować go i odpowiednio przetworzyć, pracować w arkuszu kalkulacyjnym, serwować po Internecie oraz korzystać z komunikatorów, dodatkowo wzbogaciliśmy swoją wiedzę o podstawową znajomość systemu komputerowego – dodała Renata Zając, uczestniczka projektu.

Osobiście początkowo byłem na „nie” z uwagi, że sporo już wiem o obsłudze komputera i wydawało mi się, że jest to wystarczająca wiedza. Jednak po miesiącu muszę przyznać organizatorom rację: każdy z nas, czy to niewidomy czy pełnosprawny, nie pogłębiając tego co umie czy nie ucząc się czegoś nowego wypada ze środowiska.

Andrzej Koenig
niewidomy, uczestnik projektu

Pies istota żywa **cz. 4**

Podsumowując moje refleksje, którymi dzieliłem się z Państwem w trzech poprzednich wydaniach Biuletynu „Niepełnosprawni Tu i Teraz” należałoby stwierdzić, że popularność korzystania z psa przewodnika (ostatnio zwanego asystującym), jest w Polsce dość słaba. Zdarza mi się od czasu do czasu tłumaczyć to przy podpisywaniu umów notarialnych, w których stroną są osoby z zagranicy. Kiedy uprzedzam, że będę z psem, na ogół Francuz czy Belg albo Szwajcar odpowiada, że wszystko jasne, bo u nich takich ludzi z psami przewodnikami jest sporo. Odnotować i u nas należy znaczny postęp co do uprawnień psów, ale często też pokutują różne przesady i fobie. Wszystko jednak, jak sądzę, zależy od postawy niewidomego, który powinien uwzględniać różne życiowe sytuacje ludzi z otoczenia, a nie tylko własne uwarunkowania. Przypomina mi się takie zdarzenie: swego czasu w pociągu konduktorka była zaniepokojona, że w przedziale jest pies, a wsiadają do pociągu zagraniczni turyści i nie wiadomo, jak zareagują. Wy tłumaczyłem, że damy sobie radę. Tymczasem to byli Anglicy, którzy weszli do przedziału, w pierwszym rzędzie przywitali się z Dianą, pokazali jej puste ręce, żeby wiedziała, że niczego nie knują, a kiedy usiedli i Diana zaszczekała pytająco, mieli ubaw. Żadnych kłopotów i przykrych niespodzianek nie było. Pewnie inaczej by to wyglądało, gdyby do przedziału

wsiedli Arabowie. Ale i oni bywają moimi klientami, zapytuję wówczas, czy pies może tu zostać. Z reguły odpowiadają, że tak, byle tylko nie podchodził do nich zbyt blisko. I kiedy czytam o przeróżnych kłopotach niewidomych z psami tu i tam, zastanawiam się, po czyjej stronie jest wina, bo w przytłaczającej większości wypadków nie tylko nikt mnie z powodu mego psa nie dyskryminuje, wręcz przeciwnie: ludzie często troszczą się o Dianę bardziej niż o mnie, pytają, czy trzeba dać jej pić, czy jest jej wygodnie tak, czy inaczej... Czasem też trzeba szukać

kompromisów, np. w restauracjach, bo trudno restauratorowi się dziwić, że obawia się o swoje dochody, jeżeli jego klientami są głównie przeciwnicy psów. A że restauracje nie są albo rzadko są u nas zatłoczone, można znaleźć w takim wypadku miejsce przy osobnym stoliku, a latem – w ogródku. Ale dobrze jest też zachować stanowczość, powołując się na stosowne ustawy, z czasem bowiem osiągniemy – mam nadzieję – poziom kultury krajów zachodnioeuropejskiej cywilizacji. Wszelki fanatyzm bowiem bywa szkodliwy, także i ten, który uznaje, że cały świat winien dostosować się do niewidomego z psem w każdej dziedzinie i pod każdym względem.

Jerzy Ogonowski



KRZYŻÓWKA z KSON-em

Nr 13

METR SZESCIENNY		SIŁACZ, ZAPASNIK		MIECZ SAMURAJA		BYWA WYPCHANY		UNIWER- SYTECKI WYDZIAŁ		GALARETA W MORZU		CHORYCH, LUB W BANKU
NAJDAW- NIEJSZY CZŁOWIEKO- WATY		KSIEŻYC, SPUTNIK	7	POLECENIE KOGOŚ KOMUS				CZAS NA COŚ		KAMIENIANY PIANISTA		
	12			5		21	9		24		17	
NP. „JEZIORO ŁABĘDZIE”						POTRAWA MIĘSNA LUB WYPIEK						
PRAWCZOWIEK Z PLEJSTOCENU		30		37	16							
	33	8				29	19	20				
ZW. ORGANICZNY, ROZPUSZCZALNIK						KLIF, URWISTE WYBRZEŻE						
ZWIERZ Z KAMPINOSU		15		18								
	DUCHOWNY TYBETAŃSKI					IMIE KSIĄŻĄT STARO- RUSKICH		WIATR NAD JEZIOREM GARDA WE WŁOSZECH				NIE TYLKO W KIERDLU
								WULKAN NA SYCYLI	10			
	2	11	ZNA SIĘ NA CZŁOWIEKU	4	KOLBA KUKURYDZY	1				LUKSUSOWY W HOTELU	HINDUSKA FORMA MUZYCZNA	
							28					
	CZOŁG					DAWNY STUDENT		KORONA PAPIESKA				
31	NA NODZE											
PRZEPASUJE KIMONO	NA RANIE							WYWAR Z ZIOŁEK				
POTYCZKA, STARCIE		ATRYBUT KELNERA						GRECKA BOGINI NIEZGODY		KURURU, ROPUCHA OLBRZYMA		
		KLAMRA ŁĄCZĄCA PIĘCIOLINIĘ			25					POD WODZĄ CHANA		
				36	26			MIASTO W ALGERII				
PIĘKI LUB DOŁU	ŁÓŻKO MARYNARZA					URODZINOWY WYPIEK					ŚCIANKA Z CEGIEŁ	ŻONA MIT. LATINUSA, MATKA LAWINY
	DOMEK LARWY					Z TEHERANEM						
GRA SPORTOWA NA KONIACH								NA DWORZE LUB W TALII				
		22				27		KIEROWNICA STATKU				
				WIERZBA	CYRK LODOWCOWY		WIEJE NA SAHARZE					
							DO ŁĄCZENIA BLACH	3				14
DAWNIEJ: POMOCCNIK ORGANISTY									OKRES W DZIEJACH			
										NIEUDANA ZAGRYWKĄ		
6												
STATKU Z CHRZTEM												
OSAD W KOMORZE SPALANIA			23			NA SZCZURY						

Litery z ponumerowanych pól utworzą rozwiązanie. Należy wpisać je w miejsce obok, wyciąć, przykleić na kartkę pocztową i przesać na adres redakcji: Niepełnosprawni Tu i Teraz, ul. Osiedle Robotnicze 47A, 58-500 Jelenia Góra z dopiskiem „Krzyżówka nr 13”, bądź przynieść osobiście, w terminie do 30 lipca. Spośród nadesłanych odpowiedzi rozlosujemy nagrodę – niespodziankę. Ze zwycięzcą skontaktujemy się telefonicznie bądź drogą mailową. Autorem krzyżówki jest Henryk Suchodół.

ROZWIĄZANIE

Moje dane osobowe:

imię i nazwisko:

adres:

telefon (mail):

NASZ INFORMATOR NA CZAS WOLNY

Co, gdzie, kiedy...



JELEŃ GÓRA

Teatr im. Cypriana Kamila Norwida: „Hanno Reisch kochamy cię/nienawidzimy cię” – czytanie w hangarze na Górze Szybowcowej – 25.06. g. 20.00; „Karskiego historia nieprawdziwa” (Przestrzeń Kreatywna) – 26.06, g. 17.00; „Mąż i żona” (premiera) – 01– 02.07, g. 19.00 i 03.07, g. 17.00

Zdrojowy Teatr Animacji: „Pio- trus i wilk” – 25.06, g. 16.00 i 29.06, g. 11.00; „Porwanie kaczątek” – 30.06, g. 11.00; „Entliczek Pentliczek” – 02.07, g. 16.00; „Królowa śniegu wg Petra Nosalka” – 05.07, g. 11.00 i 20.07, g. 11.00; „Entliczek Pentliczek” – 21.07, g. 11.00; „Tymoteusz Majsterklepka” – 24.07, g. 17.

GORZÓW WLKP.

Teatr im. Juliusza Osterwy (Scena Letnia): „Pod niebem Paryża” – 25.06, g. 20.30; Koncert Gorzowskiej Orkiestry Dętej „Koncert Letni” – 26.06, g. 20.30; Diwa – występuje Małgorzata Bogdańska i Edyta Herbuś – 02.07, g. 20.30; Recital „Świeć moja gwiazdo i inne romanse rosyjskie” – 03.07, g. 20.30; „Złota kaczka” – Teatr Rozrywki Trójkąt z Zielonej Góry – 08.07, g. 12; „Mój film” – koncert Piotra Polka – 09.07, g. 20.30; „Podpierajmy się” – Kabaret Melonik i Szminka – 10.07, g. 20.30; „Kontrabasista” – monodram w wykonaniu Krzysztofa Rogacewicza – 16.07, g. 20.30; „Muzyka żartem śpiewana” – 17.07, g. 20.30; „Audiencja III, czyli Raj Eskimosów” – 23.07, g. 20.30; „Gafy czarownicy Fafy” – 29.07, g. 12.00; „Powitania – pożegnania” – 30.07, g. 20.30; „pierwsza młodość... druga

młodość...” – 31.07, g. 20.30.

CIESZYN

Teatr im. Adama Mickiewicza: Operetki czar (Teatr Narodowy Operetki Kijowskiej) – 27.06, g. 19.00; Koncert zespołu Free Co-operation – 07.07, g. 18.00; Koncert zespołu Dagadana – 08.07, g. 18.00; „Egzaminy” – Krzysztof Kieślowski in memoriam – 09.07, g. 18.00; Koncert zespołu Jafia – 10.07, g. 18.00; Na styku kultur Polska- Izrael – 18.07, g. 18.30.



JELEŃ GÓRA

Helios – Galeria Sudecka, al. Jana Pawła II 51. Rezerwacja telefoniczna: indywidualna – 75 718 64 19, grupowa – 75 765 74 78; Lot, ul. Pocztowa 11, tel. 75 76 76 370, kino@kino-lot.pl; Grand, ul. Krótka 3, tel. 600 272 831 oraz +48.75 75 223 78, kinogrand@o2.pl.

GORZÓW WLKP.

Helios, Al. Konstytucji 3 Maja 102, tel. 95 737 27 38, fdp.pl/reper- tuar/gorzow-wielkopolski/Helios; 60 Krzesel, ul. Pomorska 73, tel. 95 733 25 26, mosart.pl/60-krzesel.

CIESZYN

Piast, ul. Ratuszowa 1, tel. (033) 852 04 26, e-mail: biuropiast@inter- ria.pl



JELEŃ GÓRA

Tegoroczny Międzynarodowy Fe- stiwali Teatrów Ulicznych w Jeleniej Górze zaplanowano od 15 do 17 lip- ca. Tę edycję organizuje Jeleniogór- skie Centrum Kultury. Prezentacje odbywać się będą na Placu Ratuszo- wym od godz. 15.00. W pierwszym dniu widzowie zobaczą m.in.: spek- takl dla rodzin „Eunika w krainie

cyrku”, Teatr Uliczny Scena Kalejdo- skop (Polska), „Satyriadę” Teatru na Walizkach (Polska) i „Symfonię pie- ca” Teatru Titanic (Niemcy). Nastę- pny dzień to: „Dziad i baba” Akade- mii Wyobraźni (Polska), Show Clap Clap Circo (Urugwaj, Argentyna), „Stalowe Usta” Pana Ząbka (Polska) czy „Blacout” Teatru Fuzja (Polska). A w ostatnim dniu (17.07): „Baśń o dwóch braciach” Akademii Wy- obraźni, ponownie Clap Clap Circo, a także Freak show” Teatru Circus Ferus (Polska) oraz „Causa Fatalis” Teatru Novogo Fronta (Czechy, Ro- sja).

GORZÓW WLKP.

Obchody tegorocznych Dni Go- rzowa zaplanowano od 1 do 3 lip- ca. Pierwszego dnia (scena na bło- niach) o godz. 19.00 odbędzie się Koncert Galowy MFT Folk Przyszań – IDF Folk Harbor, a o godz. 22.00 koncert GOLEC UORKIESTRA. W sobotę (02.07) m.in. w program- ie: 15.30 – Zbigniew Wodecki with Mitch & Mitch Orchestra and Choir, 17.40 – SARSA, 19.00 – Live Orki- estra, 20.30 – GYPSY KING’S Leg- end FAMILY, 22.15 – Water Show, 22.30 – Mario Bischin. A w niedzie- lę (03.07) m.in.: 15.30 – Orkiestra Filharmonia Gorzowska/Monika Wolińska/dyrygent, Krzesimir Dę- ski/prowadzenie, 18.05 Zespół Mig, 19.10 – Grubsza Strona Rabarbaru, 20.20 – Poparzeni Kawą Trzy, 21.30 – MROZU, 22.45 – fajerwerki.

CIESZYN

7. Festiwal Europejskich Szkół Artystycznych i Twórczości Kręgi Sztuki oraz 11. Przegląd Filmowy Wakacyjne Kadry od 7 do 10 lipca w Cieszynie. W programie m.in. szereg filmów w kilkunastu blokach filmowych, między innymi: Muzy- ka na wielkim ekranie, Nowy obraz Czarnego Łądu, Współczesne kino chińskie. Więcej na: www.silesiakul- tura.pl/c/miasta/cieszyn

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

serdecznie zaprasza do korzystania z usług

CENTRUM INFORMACJI I WSPARCIA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Centrum Informacji oferuje osobom niepełnosprawnym, rodzinom, opiekunom oraz pracodawcom i instytucjom zainteresowanym problematyką rehabilitacji społeczno-zawodowej bezpłatnie:

- porady i informacje w zakresie problematyki społeczno-zawodowej osób niepełnosprawnych
- porady prawne
- porady psychologa
- pośrednictwo pracy z możliwością korzystania z ofert pracy
- porady Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych i Pacjentów
- porady mediatora sądowego
- porady asystenta rodziny

**CENTRUM CZYNNE JEST:
PONIEDZIAŁEK – PIĄTEK 10.00-16.00**

NAPISZ DO NAS!

info@kson.pl

Mediator d/s Karnych i Cywilnych

Dorota Gniewosz

Radca Prawny-Aplikant

Mateusz NOWAK

Radca Prawny

Bartosz NOWAK

Radca Prawny

Jakub PAWLAK

Psycholog

Maja KOZŁOWSKA

Doradca ds. poradnictwa
socjalnego i rodzinnego
Alicja MROCZKOWSKA

**Bezpłatne porady prawne
dla osób**

niepełnosprawnych

*(terminy porad uzgadniane
w biurze KSON lub telefonicznie)*

INFORMACJE I ZAPISY

w biurze KSON

ul. Osiedle Robotnicze 47A,
tel. 75 752 42 54, 75 752 31 83
800 700 025 (bezpłatna infolinia)

Redaguj BIULETYN razem z nami!

Zapraszamy do współredagowania biuletynu
Niepełnosprawni Tu i Teraz

Czytelniku!

Coś Cię denerwuje, chcesz zabrać głos w ważnej sprawie, opisać własne przeżycia, podzielić się doświadczeniami? Czekamy na listy, spostrzeżenia, artykuły dotyczące problematyki osób niepełnosprawnych.

Materiały prosimy przysyłać pod adres:

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych,
ul. Osiedle Robotnicze 47A,

58-500 Jelenia Góra z dopiskiem „BIULETYN”, lub
drogą elektroniczną na adres: biuro@kson.pl

Redakcja zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów i zmian redaktorskich w nadesłanych artykułach.

SPOŁECZNY RZECZNIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH I PACJENTÓW ZIEMI JELENIÓGÓRSKIEJ

przyjmuje we wtorki

w godz. 11.00-13.00

i czwartki w godz. 13.00-15.00

w biurze Karkonoskiego Sejmiku

Osób Niepełnosprawnych

Osiedle Robotnicze 47A

w Jeleniej Górze

Zapraszamy do Karkonoskiego Klubu Seniora i Wolontariusza!

Walczy o zdrowie córki

Nikola urodziła się zdrowa, ale po kilku miesiącach mama zorientowała się, że coś jest nie tak. Diagnoza była ciosem: ma zespół mózdkowy. Dzięki olbrzymim wysiłkom rodziny i bliskich, dziewczynka stawia już pierwsze kroki!

Zespół mózdkowy to choroba neurologiczna, powstająca na skutek uszkodzenia mózdzka. Objawia się trudnościami w chodzeniu, obniżonym napięciem mięśniowym oraz opóźnieniem w mowie.

– O chorobie dowiedzieliśmy się po siedmiu miesiącach – mówi Ewelina Socha, mama 8,5-letniej dziewczynki. Oboje mieszkają w Piechowicach k. Jeleniej Góry.

Kobieta podjęła heroiczną walkę o zdrowie swojej córki. Od 2,5 roku dziewczynka jest rehabilitowana w Ośrodku Intensywnej Rehabilitacji Dzieci w Szklarskiej Porębie Jana i Agnieszki Fiszerów. To znany ośrodek, przyjeżdżają do niego dzieci z całej Polski. Stosowana przez właścicieli innowacyjna metoda TheraSuita, zaczerpnięta ze Stanów Zjednoczonych, przynosi bardzo dobre rezultaty. Dzieci ćwiczą w kombinezonach. Wyglądają w nich trochę jak kosmonauci, stąd często mówi się o kosmicznej rehabilitacji.

– Nikola jest długo rozgrzewana, zanim rozpocznie właściwą rehabilitację – mówi Ewelina Socha. – Dopiero po około dwóch

godzinach rozmaitych ćwiczeń jest wpinana do kombinezonu i ćwiczy dalej.

Efekty? – Znakomite – mówi mama. – Bardzo dobrze zaczęła się rozwijać i nawet zaczęła stawiać pierwsze kroki.

Kiedy się spotkaliśmy, Nikola siedziała przy stoliku. W zasadzie nie było widać, że jest chora. Mówi wolno, ale logicznie. Dopiero, kiedy wstaje widać, że ma kłopoty z poruszaniem się. Ale mama i tak jest zadowolona, bo dziewczynka potrafi już stanąć, przejść samodzielnie kilka kroków. Wcześniej było to niemożliwe.

W ubiegłym roku Nikola była intensywnie rehabilitowana. Co dwa miesiące udawali się na miesięczne turnusy do ośrodka w Szklarskiej Porębie. W tym roku musiała nieco zmniejszyć intensywność ćwiczeń, bo Nikola chodzi do szkoły. Jest uczennicą pierwszej klasy Szkoły Podstawowej nr 1 w Piechowicach. – Ma wspaniałe koleżanki i kolegów w klasie, wspaniałe panie. Cała szkoła zaakceptowała ją i wszyscy jej pomagają. No i uczy się bardzo dobrze – podkreśla mama.



Szkoła zorganizowała 11 czerwca festyn rodzinny. Było wiele atrakcji sportowych, m.in. bieg w workach, zabawy z piłką, skoki na skakance. Była sztuczna ścianka wspinaczkowa, loteria fantowa, licytacje przedmiotów. Zebrano około 8000 zł. Cały dochód zostanie przeznaczony na rehabilitację 8,5-latk.

To będzie znaczna pomoc tym bardziej, że rehabilitacja nie jest tania. Dzienny koszt to 250 złotych. Nikola jeździ też na koniu stacjonarnym. Nie może korzystać z klasycznej hipoterapii, gdyż ma alergię. A kwadrans ćwiczeń na koniu stacjonarnym kosztuje 25 złotych.

– Do ośrodka w Szklarskiej Porębie jeździmy dwa razy w tygodniu. Już 28 czerwca, czyli po zakończeniu roku szkolnego, zaczniemy dwutygodniowy turnus rehabilitacyjny – mówi mama.

Jest wdzięczna za pomoc. – Dziękuję szkole, sponsorom, gronu pedagogicznemu. Z całego serca – mówi wzruszona.

Kobietę cieszy każdy krok swojej córki. – To moje jedyne dziecko. Zrobię wszystko, żeby w przyszłości mogła być samodzielna – zapewnia.

Trzymamy kciuki!

R.Z.

